

国立第四小学校PTA  
運営委員長 日吉 友里奈  
給食部長 和田 さやか

# 給食だより



早いもので、師走となりました。みなさまいかがお過ごしでしょうか。  
本年度はじめての「給食だより」は、学校のホームページにて掲載させていただきます。  
今回は献立作成委員会でのお話と、給食センターおすすめのメニューと、それから国立野菜について、  
ご紹介します。コロナ禍を栄養たっぷりの食事でのりきりましょう。  
(国立市では各学校から給食担当教員と給食部員が給食センターに集まり、献立作成委員会を開催しています)

## 牛乳について

牛乳瓶からパックに変えられないか？



＜給食センターからの回答＞

1. 瓶なので味が移らず美味しい。
2. 中身が見える安心感
3. 残量を減らす指導がしやすい。
4. 繰り返し使うことによる環境教育

## 12月のおすすめメニュー♪

17日(金)福岡県郷土料理  
豚バラ高菜ご飯、そうめん汁、がめに、苺豆乳ゼリー

21日(火)クリスマスメニュー  
ケチャップライス、ブロッコリーとカリフラワーのクリーム煮、  
もみの木型ハンバーグ、クリスマスこんにゃくゼリー

どれもおいしそうですね♪

【がめに】は、博多の方言「がめくりこむ」(寄せ集めるの意味)  
が名前の由来とされています。鶏肉と野菜を煮込んだもの。  
全国的には筑前煮と呼ばれています。



## ☆毎年2月に四小で開催されていた給食試食会も残念ながら中止となります☆

新型コロナウイルス感染症の拡大防止及び参加される皆様の安全を考慮し、本年度も試食会については開催を見送ることとなりました。何卒ご理解いただけますようお願い申し上げます。

「くにたち野菜」のご紹介です。季節ごとに沢山の種類の野菜が収穫されています。  
中でも作付けの面積が広く、収穫量が多く、給食にも提供しやすいのが「ほうれん草」と「小松菜」  
だそうです。特に、これから寒くなる時期には、甘味が増して、さらに美味しくなるそうです。

- ＜秋の野菜＞にんじん、ほうれんそう、こまつな、なす、かぼちゃ、さつまいも、きんじょう、聖護院大根
- ＜冬の野菜＞だいこん、ねぎ、はくさい、かぶ、さといも、やつがしら、カリフラワー、ロマネスコ
- ＜春の野菜＞キャベツ、チンゲンサイ、レタス、たけのこ、なのはな、ブロッコリー、ラディッシュ、ふきのとう
- ＜夏の野菜＞たまねぎ、トマト、とうもろこし、きゅうり、ピーマン、おくら、モロヘイヤ、きんしゅうり

『食べよう！くにたち野菜』(平成31年発行国立市冊子より)



給食のドレッシングは  
「丸和油脂㈱」のものを使用しています。  
生徒の中には、ドレッシングが美味しく、野菜を  
モリモリ食べるようになったそうです。

ネットショッピングでも購入できますが、近くだとスー  
パーの福島屋立川店(立川市栄町5-36-1)でも売られて  
いますよ！



「くにたち野菜」には  
上記のPRシールが、他産地の農  
作物と区別するため、貼られてい  
ます。このシールを目印に、新鮮  
な「くにたち野菜」を見つけたら、  
ぜひ手に取って、ご家庭でも味  
わってみてください♪

※シールは国立市ホームページより引用