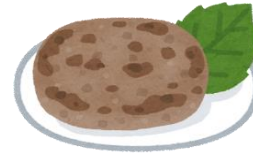
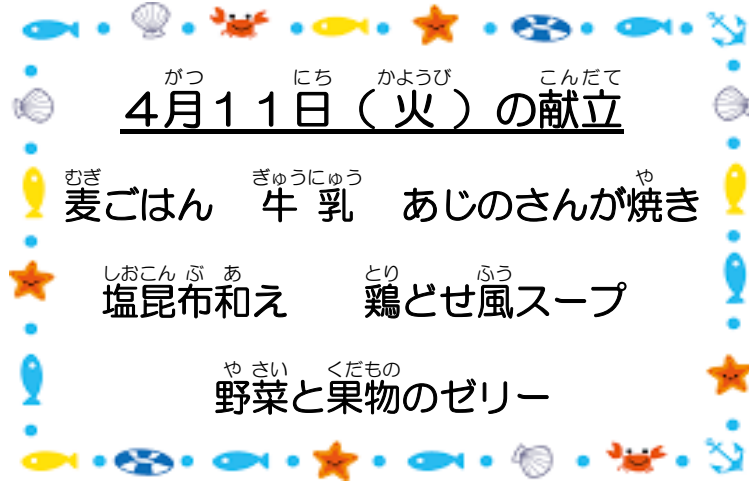


給食News

令和5年4月3週
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



11日(火)の給食は「千葉県の味」です。

『さんが焼き』とは、魚を細かくたたいたものに、葱や生姜などの薬味野菜やみそを加えて、ハンバーグのようにして焼いたものです。焼きあげる前のものは、“なめろう”と言われていて、漁師料理として伝えられています。今日は、照り焼きのごまダレをかけてみました！

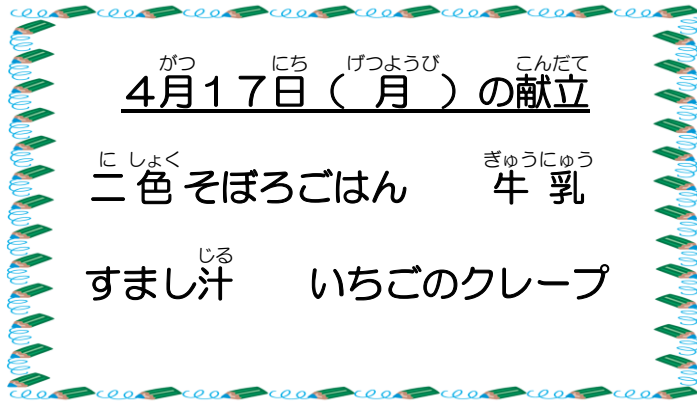
『鶏どせ』とは、軟骨をよくたたいて団子にして使う料理で、お正月やお祭りなど、人が集まる時の食事として作られました。今日は、給食用にアレンジして、チキンボール、白菜、人参、しいたけ、ごぼう、小松菜がはいったスープになっています。

千葉県の郷土料理を味わってくださいね！

給食 News

令和5年4月4週
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



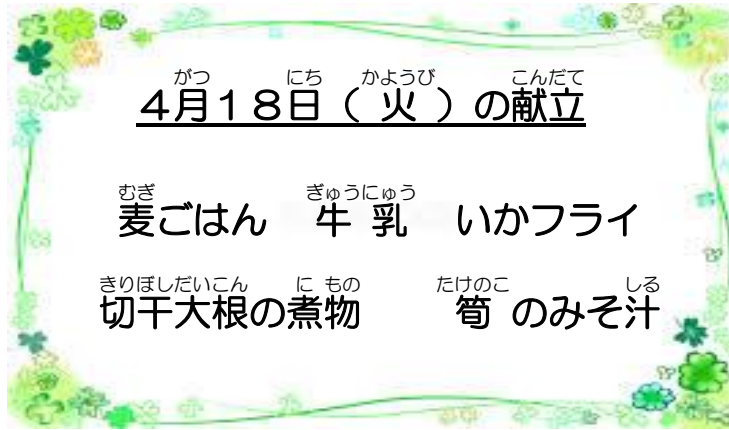
17日(月)の給食は、「入学・進級お祝い献立」です。

ご入学・ご進級おめでとうございます！元気いっぱいの1年生
を迎え、新年度がスタートしました。新しいクラスや友達、先生に
ワクワクしますね。勉強や運動などいろいろなことにチャレンジ
する気持ちをもって、たくさん成長できる1年にしてください。

学校給食は、成長に必要な栄養をとることに加え、食べること
の大切さや楽しさ、感謝の心、食に関する知識などを身につける
という役割があります。

八千代町の給食は、八千代町でつくられた野菜をたくさん取り
入れています。今日の「すまし汁」に入っている「三つ葉」もそのひ
とつです。

ほかにも、いろいろな工夫をした給食が出ますので、楽しみに
しててくださいね♪



にち かようび きゅうしょく は ひ こんだて
18日（火）の給食は、「よい歯の日献立」です。

がつ にち は よ
4月18日は、「よ（4）い（1）歯（8）」と読むことから

「よい歯の日」がつけられました。

みなさんは食事しょくじにどれくらい時間じかんをかけていますか？

今回は、よい歯はをつくるために考えるかんがてほしいことことをお話しはなします。

特に、給食きゅうしょくの時間じかんが5分以上ふんいじょうあま余ひとってしまう人ひとに質問しつもんです。

ほとんどかまずに、流し込んで食事しょくじをしていませんか？かまない食事しょくじを続けていると、かむことができなくなり、歯はを失うしなう危険きけんもあります。

では、よい歯はを残のこすためにどうしたらよいでしょうか？

給食きゅうしょくの時間じかんにできる対策たいさくは、『よくかむこと』です。よくかむこと

でだ液えきがたくさん出でます。このだ液えきは、虫歯むしばを予防よぼうしてくれるなど、

よい歯はを維持いじするために欠かかせません。よい歯はをたくさん残のこすこと

で、しっかりかみ続けるつづことができ、いつまでもおいしく食事しょくじを

楽しむたのめます。まずは、一口目ひとくちめを意識いしきして食たべてみましょう。

給食News

令和5年4月5週
八千代町立学校給食センター

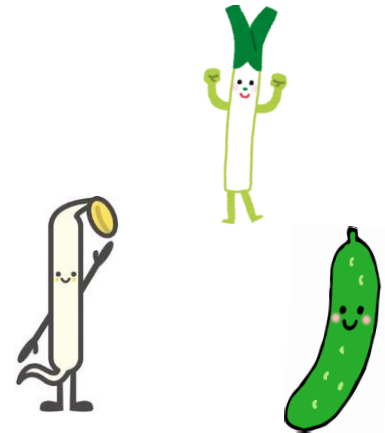
<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

がつ にち かようび こんだて
4月25日（火）の献立

ごはん ぎゅうにゅう
牛乳

ハンバーグわふう
和風おろしソースかけ

シルバーサラダ キャベツのうま塩スープ



にち かようび きゅうしよく ちさんちしょう やちよ ひこんだて
25日（火）の給食は「地産地消：八千代の日献立」です。

きょう きゅうしよく つか
今日の給食に使われている『きゅうり』『もやし』『ねぎ』は、
やちよまち つく やさい
八千代町で作られた野菜です。

「シルバーサラダ」にはいっているきゅうりは、水分があるので、
のどのかわきや体に熱がこもるのを防いでくれます。運動や外に
で 出かけたりすると、暑い時もありますので、積極的に食べるとよい
ですね。

「キャベツのうま塩スープ」の具材のもやしは、食物繊維が含ま
れていて、お腹の中をきれいにします。また、ねぎは、殺菌作用が
あり、病気になるのを防ぎます。

ぜひ、のこ た
残さず食べてくださいね！