

# ランチタイムス

発行日 令和8年2月  
府中市立学校給食センター  
第185号

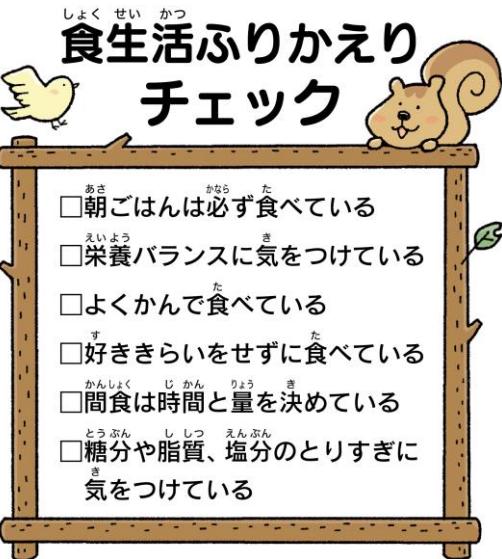
暦の上では春をを迎えますが、寒さが一段と厳しくなる時期です。バランスのよい食事と十分な休養で、風邪に負けない体づくりをしていきましょう。



## 2月の給食目標 食事と健康について考えよう



私たちの体は食べたものから作られ、食べ物から活動するエネルギーを得ています。「食べるることは生きること」というように、「食事」と「健康」は関わりが深いです。食生活の乱れは「生活習慣病」のリスクを高めます。将来にわたって健康に過ごすためにも、子供のうちから気を付けることが大切です。



## 児童が考えた献立を提供します！

府中第六小学校の6年生の児童が考えた献立が給食に登場します。家庭科の学習で学んだ知識を活かし、「栄養バランス」「見た目の彩り」「旬」など色々な点に配慮して献立を考えてくれました。2つの献立を提供します。お楽しみに！

【提供日】AB ブロック 2月17日(火)/CD ブロック 2月20日(金)



献立名：ご飯・牛乳・ぶりの照り焼・キャベツスープ・蓮根と人参のごま和え

【提供日】AB ブロック 2月20日(金)/CD ブロック 2月17日(火)



献立名：ご飯・牛乳・鶏肉のからあげ・冬野菜汁・マヨ入りきんぴらごぼう(卵なし)



## きゅうしょく 給食センターで取り組んでいる「食育」



平成17年に食育基本法が、平成18年に食育推進基本計画が制定され、子供たちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、食育は、学校教育活動全体として取り組むことが必要とされています。

給食センターでは、学校給食の運営を担うとともに、学校と連携した食育の推進に取り組んでいます。その取り組みをご紹介します。

### しょくいくじゅぎょう 食育授業

栄養教諭が中心となり、学校と連携・協力し「食育」の授業を実施しています。授業内容は、学年や目的に合わせ、「はしの持ち方」「栄養バランスについて」「1食分の献立を考えよう」など、様々な題材を取り上げています。また、府中市の特産である「小松菜」を題材にした授業は、地域農家の方とも連携し行っています。



### 社会科見学・一般施設見学の受け入れ

本センターは、給食を作っている調理場を見学することができる「見学通路」を設置しています。市内小学校や幼稚園、保育園、学校関係の団体、食育を目的とする市民団体を対象に、見学や釜体験、エアシャワー体験を実施しています。見学の際は、栄養教諭または栄養士が案内しています。



### がくこうぼうもん 学校訪問

各学校の給食の時間に、栄養教諭・栄養士・調理員が訪問を行っています。給食の時間の実情を把握し、児童・生徒の感想などを聞くことで、よりよい給食づくりにいかしています。また、訪問時の献立に関する説明を行うなど、給食の情報提供にも努め、食への興味関心を高めてもらえるように努めています。

### しょくばたいけん 職場体験の受け入れ

市立中学校の2年生の職場体験を受け入れています。釜調理や食缶への配缶など、調理員と一緒に給食調理を行っています。

### こんだてひょう 献立表・ランチタイムズの発行

献立名、3色食品群に分けた使用食品の表、地場産物の紹介、使用食材の産地等を明記し、安全・安心に給食が喫食できるための情報を提供しています。また、食に関する情報、季節にちなんだ事柄や行事食等についての紹介をしています。

### ×(エックス)による情報提供

毎日の小中学校の給食写真と献立内容の紹介や食材に関する内容などの情報を投稿しています。

詳しくは下記をクリックしてください。  
給食5レンジャー&らんちーず

