



4月給食たより



令和8年度
小城市学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など



3択クイズ

4/29 昭和の日

Q6 昭和時代に普及した「三種の神器」は、洗濯機とテレビ、あと一つは？

- ① 電子レンジ ② 炊飯器 ③ 冷蔵庫



答えは裏面



給食費の保護者負担額が決定しました



給食費 (R 8. 4改定)	月 額	国の学校給食費負担 軽減事業による支援額 (対象 小学生)	物価高騰対応重点 支援地方創生臨時 交付金による支援額	保護者負担額
小学校	5, 400円	5, 200円	200円	0円
中学校	6, 300円	-	1, 300円	5, 000円
晴田幼稚園	4, 800円	-	900円	3, 900円

長期化する食材費の高騰を受け、令和8年度給食費について改定（値上げ）しておりますが、中学校及び晴田幼稚園についてはその改定分について、国の支援金が活用できることとなりましたので、**令和8年度の中学校及び晴田幼稚園の保護者負担額については、これまでと変わりません。**



なお、小学校の給食費については、令和8年4月から国が実施する学校給食費負担軽減事業に加え、物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を財源とした支援金の活用により、**令和8年度小学校給食費の保護者負担額はありませぬ。**



鉄やカルシウムがとれる 【マーボー豆腐】(4人分)



- 豚ミンチ 60g
- 豆腐 260g
- 玉ねぎ 120g
- たけのこ水煮 20g
- にんじん 25g
- 白ねぎ 20g
- しいたけ 2.5g
- しょうが 1.2g
- にんにく 1.2g

- がらスープ 30 cc
- 酒 小 1/2
- 砂糖 小 1
- こい口醤油 大 1
- うす口醤油 小 1/6
- 麦みそ 15g
- 赤みそ 25g
- ごま油 2g
- サラダ油 1.2g
- 水と椎茸の戻し汁 120 cc
- 片栗粉 6g

<作り方>

- ① カッコ内の調味料は合わせておく。片栗粉は、水で溶いておく。
 - ② 豆腐はさいの目に、たけのこ水煮とにんじんは短冊切りに、他の野菜はみじん切りにする。
 - ③ フライパンに油をしき、にんにく、しょうが、豚ミンチを炒め、酒少々を振る。(分量外です。)
 - ④ 豚ミンチの色が変わったら、他の野菜を入れて炒める。
 - ⑤ 水と椎茸の戻し汁を入れて煮る。
 - ⑥ 豆腐を加える。
 - ⑦ 材料が煮えたら味付けする。
 - ⑧ 水溶性片栗粉でとろみを付け、ごま油を加えたらできあがり。
- *ごはんと一緒にマーボー丼として食べても美味しいですよ。





給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをします。持ち物（ハンカチ・マスク・給食着）や爪を切ること、長い髪は結ぶなど、子供たちの衛生面に関する意識が高まるようにご家庭でもお声かけをお願いいたします。

<p>トイレは身じたくを整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんできれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、手や指にけがをしている人は、先生に相談する。</p>
<p>清潔な給食着を身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾にしっかりしまう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口をおおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器かごなどを床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考えて丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら... 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて具を均等に盛り付ける。</p>

安全においしく給食を食べるための約束

！ 給食の前に気をつけること

<p>教室を換気し、給食に関係のないものは片付けましょう。</p> <p>★ホチキスの針や消しゴムのカスなど、給食に入らないようにしましょう。</p>	<p>手をせっけんできれいに洗いましょう。</p> <p>★清潔なハンカチやタオルを毎日持ってきてきましょう。</p>	<p>給食を配膳したら、席について静かに待ちましょう。</p> <p>★立ち歩くと、ほこりがしたりぶつかったりするかもしれません。</p>
---	---	---

！ 食べるときに気をつけること

<p>姿勢よく、おわんは手に持って食べましょう。</p> <p>★足を組んだり、犬食いになったりしないようにしましょう。</p>	<p>食べやすい大きさにし、よくかんで食べましょう。</p> <p>★口に詰め込みすぎないように気をつけましょう。</p>	<p>食べている人を驚かせたり笑わせたりしてはいけません。</p> <p>★食べ物を吸い込むと危険です。</p>
--	---	--

のどに詰まりやすい食べ物は、子供も大人も、よく噛んで気を付けて食べましょう。

丸くツルツとしたもの

ミニトマト、ぶどう、さくらんぼ、うすらの卵、白玉だんご

粘着性の高いもの

ご飯、もち、パン、いも類

かみ切りにくいもの

水菜、りんご、タコ、イカ