

3月 給食だより

令和8年3月10日
豊田高等特別支援学校
栄養教諭

今月の給食目標 1年間のまとめをしよう

きゅうしょく

給食から、どんなことを学びましたか？

まな



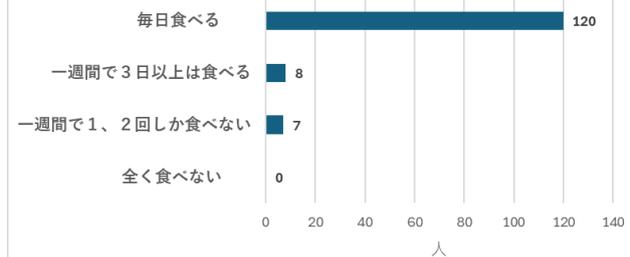
卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか？今年度の給食もあと少しで終わりです。この1年を振り返り、来年度に向けて目標を立てましょう。

今年度の結果

① 朝食を食べよう

昨年度の食生活アンケートでは、朝食を毎日食べる習慣がある人は、全体で79%でした。これに対し、今年度は、89%で目標の90%をほぼ達成することができました。家庭科の授業や保健集会で「栄養バランスの良い朝食」について学習し、自分の朝食について見直すことができたと感じます。

朝食は食べますか？



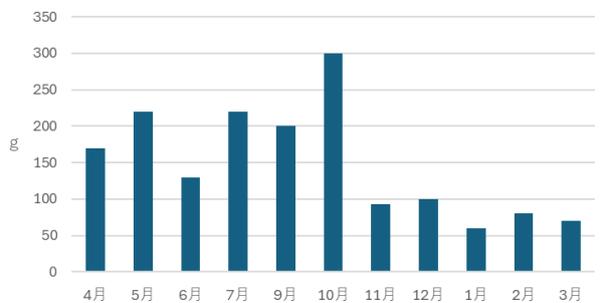
目標 90% → ほぼ達成！



② 給食の残菜を減らそう

昨年度の残菜量は、月の平均が740gでした。これに対し、今年度は、平均100gで目標の600gを大きく上回りました。給食の時間を十分に確保すること、自分の食べられる量に調整すること、苦手を克服することなど、一人一人の意識で大きく改善することができたと感じます。

残菜量 (月平均)



目標 600g → 達成！



学校ホームページ「学校給食」ページ開設！

本校のホームページは、3月よりリニューアルしました。これに伴い、新たに「学校給食」のページを開設しました。今後は、食育の取組みや季節に応じた献立の紹介など、子どもたちの食に関する情報を継続的に発信していく予定です。学校給食を通して、子どもたちの健康や成長を支える取組みを、より多くの皆さまに知っていただければ幸いです。詳しくは、右の二次元コードを読み取るか、タップしてください。



ありがとう



1年間、ありがとうございました。給食の時間を通して、季節を感じることや、食べることの楽しさ、仲間とのつながりを感じながら過ごしたことと思います。来年度も、心を込めて取り組んでいきます！

給食レシピ

キムチみそ汁



ポイント

- ・汁物を作る時のポイントは、材料を同じ厚さに切ることで、火の通るタイミングをそろえることができます。
- ・汁物は、いろいろな材料から出てくる、うま味や香りを楽しむことができます。季節に合った野菜を入れると良いです。

<作り方>

- ① こんにゃく、ごぼう、だいこんは下茹でする。
- ② だし汁に豚肉を入れて、あくをとる。
- ③ 下茹でした①とキムチを汁ごと入れる。
- ④ 豆腐を入れる。
- ⑤ 豆みそを入れて、味を調える。
- ⑥ 根深ねぎを入れて、仕上げる。

材料	分量(4人分)	切り方
豚肉	80g	
白菜キムチ	60g	
木綿豆腐	60g	角切り
ごぼう	20g	さががき
だいこん	60g	いちよう切り
つきこんにゃく	40g	
根深ねぎ	20g	小口切り
豆みそ	大さじ2	
だし汁	600ml	