



令和5年5月31日
中野区立令和小学校
校長 松井 敏
栄養士 高橋 遥香

気温が上がり、湿度が高くなる日が増えてきました。天候が不順で、人の体力が落ちる一方、特に細菌が活発に動く条件がそろってきます。しっかりと手洗いやうがい、換気を行い、安心して食事ができるように環境を整えることが大切です。

令和小学校の給食を紹介します。

食材について

新鮮で原材料や産地が明確な食材を毎朝届けてもらいます。できる限り国産のものを使用しています。東京都産の野菜も積極的に取り入れます。また、旬の食材を使い、季節感のある献立を心がけています。



手作りが基本

調理済みの食材は使いません。カレーやシチューのルー、コロッケ、ハンバーグ、サラダのドレッシング、ゼリーやケーキなども一つずつ手作りします。

衛生面について

毎月2回の細菌検査、毎日の健康チェック、水質検査、料理の温度管理などの衛生管理を徹底しています。

だしについて

料理に合わせてかつお節、昆布、煮干し、鶏ガラ、豚骨などの自然食材からだしをとります。干し椎茸の戻し汁なども利用します。

給食のレシピ紹介～レモンパタートースト～

5月に出した給食の中で特に人気があり、作り方を知りたいという声がとても多かったレモンパタートーストのレシピを紹介します。

【材料（1人分）】

- ・食パン —— 1枚
- ・バター —— 7g
- ・レモン汁 —— 0.5g
- ・さとう—— 6g

【作り方】

- ①バター、レモン汁、さとうを混ぜ合わせて食パンにぬる。
(たっぷりぬった方がパンに染み込んでおいしいですよ)
- ②オーブントースターで焼いて完成。

