



# きゅうしよくだより

さいたま市立西原中学校  
給食室

西原中学校の給食室は、昨年度に  
続き委託業者の「フジ産業株式会  
社」が担当して下さいます。9名  
のスタッフで調理を行い、献立は今  
年度より着任しました山田裕子(や  
まだゆうこ)が担当します。

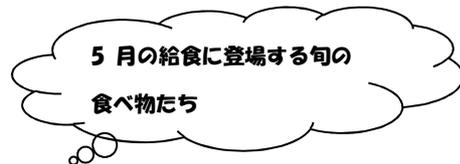


安全・安心・生徒に喜ばれるおいしい給食を提供できるよう、スタッフ全員で作業に取り組みます。よろしくお願いたします。

## 旬のものをキャッチしよう!

旬とはその季節にもっとも多くとれ、もっとも味のよい魚や野菜・果物のことを言います。

自然の環境の中で育つので、栄養価が高く、さらにたくさん収穫できるので値段も安くなり、いい点がたくさんあります。昔の人々は旬のものを食べることで季節の変化を感じ、それを楽しみとしていました。今ではほとんどの食材が1年中出回って、季節感が失われてきていますが、時代が変わっても、日本の豊かな自然や気候を耳や目、そして味覚で感じたいものですね。



2日 さわらの竜田揚げ

10日 野菜たっぷりみそ汁

14日 新じゃがのそぼろ煮

24日 春野菜のみそ汁



10日 ピースご飯

## もうすぐ修学旅行♪

5月13日から3年生は修学旅行へ出かけます。11日に京都の郷土料理「丹後のまつぶた寿司」と「吉野汁」を出します。現地では、その土地ならではの文化に触れてきてほしいですね。楽しく安全な旅になりますように。

## 4月の喫食状況(%は残菜率) 平均残菜率は1.5%でした。

☆よく食べたもの

- ・アーモンドサラダ 0%
- ・じゃがいもと木の実のから揚げ 0%
- ・ポークカレー 0%
- ・野菜のスープ煮 0.4%
- ・千草焼き 0.4%

☆残りが多かったもの

- ・大豆の磯煮 7.8%
- ・たけのこご飯 7.4%
- ・深川丼 6.8%
- ・ご飯(4/16) 4.8%
- ・ご飯(4/25) 4.6%

新しい学年での給食がスタートして1ヶ月経ちましたが、どのクラスもよく食べ、完食に近い日もあります。豆や海藻類を使った料理は残りがちですが、成長期の中学生にはぜひ進んで食べてほしい食品でもあります。そして、なんといっても西原中は全クラス片づけ方がとてもきれい!とても素晴らしいことだと思います。