



ほほえみだより

令和5年4月号

松伏町学校給食センター TEL992-2161 FAX992-3192 (254号)



ご入学・ご進級 おめでとうございます



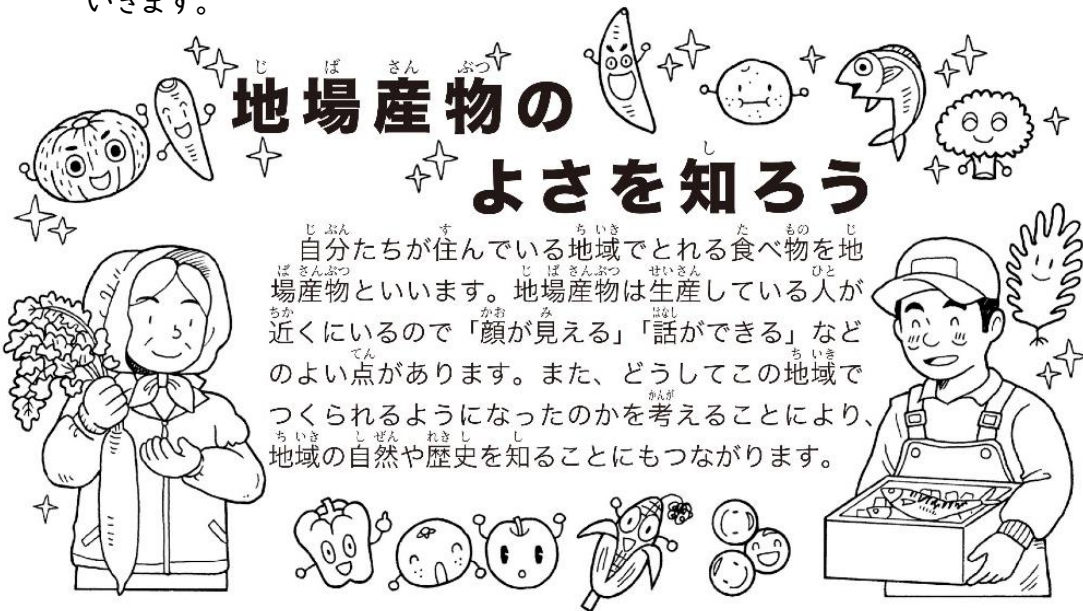
令和5年度の学校生活がスタートしました。松伏町の学校給食は、子どもたちの心と体の健康や発達のため、栄養バランスを考えて作っています。

また、行事食や旬の食材を取り入れることで、季節を感じながら給食を食べてもらえるよう心がけていきます。


今年度も十分な衛生管理のもと、安全・安心でおいしい給食を提供していきます。

地場産物のよさを知ろう

自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物を地場産物といいます。地場産物は生産している人が近くにいるので「顔が見える」「話ができる」などのよい点があります。また、どうしてこの地域でつくられるようになったのかを考えることにより、地域の自然や歴史を知ることにもつながります。



はる 春のキャベツを あじ 味わいましょう



春から初夏にかけて収穫できる「春キャベツ」は、「冬キャベツ」に比べて緑色が濃く、ふわっとゆるく巻いているので持った時に軽く感じます。そして葉が柔らかくて甘みがあるのが特徴です。キャベツには、胃の粘膜を丈夫にするビタミンU（別名：キャベジン）や、肌荒れやかぜ予防に効果があるビタミンCを多く含んでいます。外側の葉や芯にも栄養が多く含まれているので捨てずに食べるようにしましょう。

4月の給食にも、旬の春キャベツが登場します。柔らかさと甘みを活かして食べてもらえるようにポトフやサラダに使用します。お楽しみに!!

◎キャベツの他にも春においしい食材がたくさんあります。



ご家庭の食卓にも春を!!

