

# 給食だより



令和7年4月号  
新宿区立西早稲田中学校  
校長 塚本 桂子  
栄養士 増田 高大

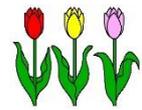
## ご入学・ご進級おめでとうございます

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。

そして、2年生・3年生のみなさん、ご進級おめでとうございます。

いよいよ新年度がスタートします。今年度は栄養士が変わりました。“安心・安全でおいしい”を合言葉に西早稲田中学校の給食作りに努めていきたいと思えます。

## 給食は4月9日から始まります



中学校での給食が初めての1年生のみなさんにとっては、小学校の時と比べて「量が多くなった」「時間が短い」と感じる人もいると思います。食事量には個人差があるので、最初は無理をせず少しずつ中学校の給食に慣れていきましょう。

### 新宿区の学校給食の特徴

- 給食は、学校の給食室で作る自校方式です
- 手作りを基本としています。だしやカレーのルー、コロッケ、ゼリーなども手作りで。
- 衛生的に安全な給食を提供します。
- 週5回の給食のうち、ご飯を中心に、パンやめんを取り入れた献立を立てています。
- 野菜・くだもの・肉などは、原則として国産を使用し、季節の食材を積極的に取り入れています。また、できる限りバラエティ豊かな献立になるように工夫しています。
- 週の半分以上は、米には麦を入れて炊き、ビタミンB1や食物繊維が補えるようにしています。
- 食器は高強度磁器を使っています。区の木のかやきの柄です。

### 長野県伊那市の交流事業

長野県伊那市は新宿区との友好提携都市。伊那市の食材を給食で活用することで、食育の推進を図るとともに、伊那市を身近に感じ、同区市の交流を深めます。



【JA ファーマーズ あじ〜な】より産直のおいしい食材を届けます！

伊那市（旧高遠町）とは、現在の新宿御苑一帯が高遠藩主内藤家の江戸屋敷で、その一部が新しい宿場『内藤新宿』になった江戸時代からの縁で、友好都市になりました。



伊那市イメージキャラクター『イーナちゃん』

ココのあたりが伊那市

きのご類は年間通しての納品を予定しています。その他、りんご、ねぎなどの旬の食材の納品がある予定です。