

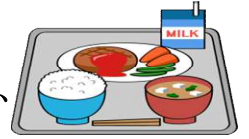
4月

給食だより

令和5年度
日進北小学校

ご入学、ご進級、おめでとうございます。

心地よい春の日差しの中、新しい年度がスタートしました。子どもたちは、期待と不安を持ちながら新生活をはじめます。そんな子どもたちを応援し、健やかな心と体の成長を支えるため、今年度も安全・安心でおいしい学校給食を給食室一同で実施していきます。



学校給食ってなあに？

日本の学校給食は、「学校給食法」によって、安全で、栄養バランスの優れた学校給食が提供されるように定められています。

優れた栄養バランス

「学校給食実施基準」に基づき、児童生徒の発達段階に応じて必要な栄養をバランスよくとることができるよう、毎日の献立が作られています。

【学校給食の栄養所要量の基準】

	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (%)	脂質 (%)	ナトリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	ビタミンA μgRE	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
児童(6~7歳) 1食あたり	530	全体的に 13%	全体的に 20%	15未満	290	40	2	2	160	0.3	0.4	20	4以上
児童(6~7歳) 1食あたり	650	全体的に 15%	全体的に 25%	2未満	350	50	3	2	200	0.4	0.4	25	4.5以上
児童(6~7歳) 1食あたり	780	全体的に 20%	全体的に 30%	2未満	360	70	3.5	2	240	0.5	0.5	30	5以上

給食は、一日の1/3(3食のうちの1食)ですが、その基準量は家庭で不足しがちな栄養素を考慮して決められています。カルシウムは、1日に必要な量の50%を摂取できます。

生きた教材

学校給食は、地域の伝統的な食文化や、食に関わる人々への感謝、食材の生産・流通・消費などを学ぶことができる「生きた教材」です。将来、児童生徒が健康で健全な食生活を営むことができるよう、様々な取組が行われています。

【学校給食の目標のポイント】

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について正しく理解する。

給食回数

給食回数は、年間185回です。(ただし、1年生は4月の給食が5日間すくなくないため、180回です。)

行事等の関係で、給食回数が185回に満たない学年につきましては、年度内におかずやデザート等で調整しています。

給食費

給食費は、1ヵ月4,380円です。(1食260円)
※給食費は、食材料にしか使用されません。
※光熱水費や人件費は、さいたま市が負担しています。

献立作成の基本

- ① さいたま市(文科省)の「学校給食摂取基準」、
「食品構成」を基準としています。
- ② 所要栄養量を満たすため、喫食状況を勘案し、食品構成基準に近づけています。
- ③ 食事内容は、児童の嗜好、児童の健康を作る伝統的な食事、文化を伝える食事を考慮した行事食や郷土料理、旬の食材料を使った料理をいろいろ取り入れています。
- ④ 給食室には、炊飯器10台、フライヤー(揚げ物機)、スチームコンベクション(蒸す・焼く)、回転釜6台があります。それらの調理器具類を上手く使用し、バラエティに富んだ献立にしています。

食器類



食器は、強化磁器という割れにくいものです。アルマイトやプラスチックの食器よりは、少し重いですが、手触りや口触りがよく、一般家庭で使用されている陶器類に類似しています。箸やスプーン、フォークは、給食室から提供しています。給食室で洗浄、殺菌、保管を確実に実施し、衛生的な状態で教室に運んでいます。

給食の時の身支度

給食当番
だけじゃない
よ!!



- ★ 髪の毛が出ないように、帽子の中に入れます。長い人は、ゴム等で髪を結びます。
- ★ マスクは、きちんと着けます。
- ★ 爪は、短く切っておきます。
- ★ 石鹸を使って、手指を洗います。
- ★ きれいなハンカチで拭いて、給食着を着ます。
- ★ アルコールで消毒します。

保護者の方へ



給食の準備の時から、全員が自分の給食着を身に付けます。汚れがひどい時や週末は、家庭に持ち帰りますので、洗濯をお願いします。子どもたちが気持ちよく使えるように、ご協力をお願いします。お手数をおかけします。

給食室から

今年度の給食は、令和5年4月12日(水)からはじまります。
(新1年生は、19日(水)からです。)

今年度も引き続き、調理業務を『株式会社 和三盆』さんが担当していただくことになりました。給食室では、食品や調理過程の安全に細心の注意を払い、子どもたちが喜んでくれる美味しい給食を、毎日提供できるように努力していきます。給食室一同、頑張ります。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

