



令和8年3月

さいたま市立指扇中学校

栄養士

暖かく、春を感じられる日が増えてきました。さて、今年度も残りわずかとなり、今の学級での給食もこの3月で終了します。給食の時間により思い出は出来ましたか？この1年間で、みなさんの心と体が大きく成長していたらうれしいです。

1年間を振り返ろう！

喫食状況について

3/11 現在

	4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
残食率 (%)	6.1%	6.3%	6.8%	6.5%	5.0%	5.4%	5.9%	5.9%	4.4%	6.5%	4.5%
給与エネルギー量 (kcal/食)	757	731	734	727	747	805	755	760	760	773	791
摂取エネルギー量 (kcal/食)	711	684	684	680	709	761	710	715	723	685	755

昨年度より昨年度より残食率が下がっていて、提供したものをたくさん食べてくれていました。

1年を通じて、摂取エネルギー量の平均は710kcalと、昨年度の717kcalより少なめです。昨年度に比べ、食材の高騰が続き、選択する食材少なくなり、提供するエネルギー自体が下がってしまっていることが要因です。

給食時間は30分と短いですが、慣れてくると給食委員の声掛けで、準備から片付けがとても早くなってきて、食べる時間が長くなっていました。

課題としては、苦手なものははじめから取らない、いただきますをしてから全部食缶に残す姿も多くみられました。栄養バランスを考えて作っているので、苦手なものでも1口チャレンジしてください。

残食の集計結果では、3年生は、全体的によく食べていました。2年生はサラダや和え物や汁物、1年生は牛乳・汁物が多く残っていました。

また、おかわりをする姿やじゃんけんをして盛り上がっている姿も見られ、とてもうれしかったです。

給食の時間をよりよくするために、来年度も献立の検討に努めていきます。

食器の破損状況について

深皿	小皿	ピンク椀	グリーン椀	合計
2枚	4枚	3枚	10枚	19枚

昨年度は、机の横にあるカバンにひっかけて転んだ際に割れたという報告が多かったのですが、今年度より生活班で給食を食べていることによって、おぼんをもって運ぶ道が確保されるため転んで破損することは少なくなりました。また、食器の劣化による破損もあったため、少しずつ食器を入れ替えていきます。

「調理員さん・栄養士の先生への感謝の会」が行われました！

2月13日（金）に、給食委員会による、「調理員さん・栄養士の先生への感謝の会」が行われました。調理員6名と、栄養士1名が登壇し、全校生徒から感謝の手紙と花束を受け取りました。

感染症が流行していたため、初のオンラインでの開催となりました。声がクラスまでしっかり届かなかったり、顔がはっきりと見ることができない状況でしたが、給食委員のみんなで準備してくれた思いがよく伝わってきました。

また、事前に全校生徒から集めた、給食室への質問から7つ選び、その場で給食委員が質問をし、調理員さん・栄養士がその場で答えました。質問の内容は、「何時に学校に来て給食を作っているの？」「筋肉はつきますか？」「つまみ食いをしたことはありますか？」「なぜ調理員の仕事をしようと思ったのですか？」など様々でした。

調理員のチーフからは、直接声を聴けなくてさみしいと言っていました。実際に会うことはできなかったけれど、いつか調理員の方々に直接伝えてほしいと思います。

また、給食委員長から代表してメッセージをもらい、より一層、安心・安全でおいしい給食づくりをしていこうと思いました。

このようなすてきな会を開いていただき、本当にありがとうございました！ 給食室一同

2月の献立より・・・

3年生県公立高校入試応援メニュー！

ささみカツ

なめたけ和え

受カル！ピスゼリー

牛乳

西区の細田ファームさんからのいちごは、大きくてとても甘いいちごでした！



★3年生のみなさんへ★

いつもたくさん給食を食べてくれてありがとうございました。高校生になったら給食はなく、お弁当の学校が多いと思います。人生最後の給食だった人も多いのではないのでしょうか？高校生になってアルバイトをしたり、お友達と寄り道したり、これからたくさんの食べ物に出会うと思います。ただ、好きなものを好きなだけ食べるのではなく、給食の栄養バランスを少しでも思い出してくれるとうれしいです。

★3年生保護者様へ★

3年間、学校給食の運営にご理解とご協力をいただきありがとうございました。保護者様のご協力があったため事故なく安心・安全なおいしい給食を提供できたと思っております。

ありがとうございました。

★1・2年生保護者様へ★

令和6年度から公会計に変わったため、令和7年度の給食の申し込み状況を令和8年度に引き継ぎます。変更をご希望の方は、担任または栄養士までご連絡ください。