

＊給食だより＊



平成26年4月8日
練馬区立開進第四中学校

「早寝早起朝ごはん」運動シンボルマーク

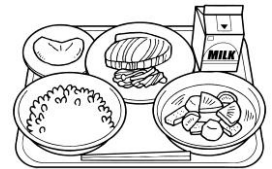
ご入学・ご進級おめでとうございます

- 本校の給食は ⇒ 「親子給食方式」です。
開進第三中学校（親校）で作られ、本校（子校）へと配送されます。
- 献立作成は ⇒ 両校の栄養士が交替しながら作成します。
子どもたちが毎日どのような給食を食べているのか、ぜひ献立表でご確認ください。



学校給食では、このようなことに気をつけています。

- * 衛生面について十分配慮しています。
- * 旬の食材をできるだけ多く使い、季節感を出すようにしています。
- * 手作りによる料理を基本としています。
- * 色々な食品を使用して、栄養のバランスのとれた食事を提供します。
- * 行事食や各地の郷土料理を取り入れます。
- * 食材は良質で鮮度の良いものを使用し、地場野菜も取り入れています。



給食時間は30分間です。

- * 手洗い・準備を手際よく行い、良く噛んで残さず食べるようにしましょう。

開四中の給食を作ってください方々

- * 委託会社は「株式会社 藤江（ふじのえ）」です。
生徒のみなさんにおいしくて安全な給食を食べてほしいという熱意をもった15人のメンバーです。
調理員、栄養士、親校とチームワークを組んで、毎日楽しみにされる給食づくりを目指します。
どうぞよろしくお願いいたします。

わたしは 栄養士の古谷 香 です

これから1年間、お子さんたちが健やかに成長していくために、栄養バランスのよい給食を提供していきます。

毎日生きた教材としての「学校給食」を通して、食育を学んでほしいと思います。ぜひ、ご家庭でも子どもたちと給食について話し合ってみてください。



Q.給食費って何に使われるのですか？

A.給食費は子どもたちにおいしい給食をつくるための食材費となります！ 地域でつくられた新鮮で安心安全な食材を積極的に取り入れ、成長期の子どもたちのために、栄養バランスのよいおいしい給食をつくっていますので、保護者の方々には、ご理解いただきたく、お願いいたします。



一人一回当たり平均栄養摂取量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g
						A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg	
当月平均	828	32	25.6	380	3.3	306	0.56	0.65	38	6.3
学校給食摂取基準	820	25~40	22.8~27.3	450	4.0	300	0.50	0.60	35	6.5