

# 食育だより

平成29年4月号 大泉中学校

校長 惣田 修一

栄養士 横山 瞳



「早寝早起き朝ごはん」シンボルマーク

## ご入学・ご進級 おめでとうございます。



いよいよ新年度が始まりました。新しい学校、新しいクラスに期待と不安が入り交じっていることと思います。

今年度の給食は10日からスタートします。今年も安心・安全を第一に、おいしくバランスのよい給食作りに努めます。1年間よろしくお願いいたします。



## 大泉中の給食



### ① 給食室について

本校の給食は調理業務を民間委託で実施しています。委託会社は昨年度に引き続き「株式会社 東洋食品」です。社員4名、パート9名で約790食の給食を作ります。

### ② 献立について

給食ではカレーのルーやハンバーグ、ドレッシング、ふりかけ、デザートなどすべて校内で手作りしています。だしは鶏ガラやかつお節、昆布などを使用して毎朝とっています。

### ③ 給食食材について

お米は北海道の「空知産直センター」から毎週産地直送で仕入れています。牛乳は練馬区で決められた業者の「協同乳業」です。4月の牛乳予定産地は千葉・群馬・北海道・岩手・秋田・宮城・青森です。

### ④ 食物アレルギーについて

食物アレルギーがある生徒には除去食または代替食を提供しています。対応の実施には医師の診断（学校生活管理指導表）が必要です。新規で対応を希望される方は学校までご相談ください。

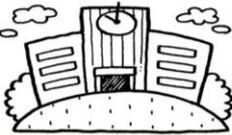
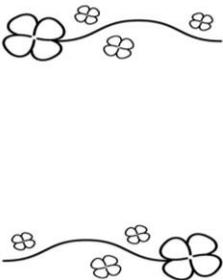
### ⑤ エプロン・テーブルクロスについて

給食当番は毎日エプロンと三角巾を着用します。また、机にはテーブルクロスを使用します。（10組は使用していません。）週末に持ち帰ったエプロン類・テーブルクロスは洗濯とアイロンがけを行い、週明けに持参をお願いします。

### ⑥ 中学校の給食について

1年生の皆さんご入学おめでとうございます。中学校の給食は小6と比べて量が約1.2倍と多くなっています。給食時間も30分です。最初は大変と感じるかもしれませんが徐々に慣れていきましょう。

## 学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p> 
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	

学校給食は以上の目標と都や区で定められた厳しい衛生管理のもと作られています。

### 〔1人1回あたりの平均栄養摂取量（中学生）〕

	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRE	ビタミンB mg	ビタミンB mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
栄養摂取基準	820	25~40	摂取エネルギー全体の25~30%	450	4.0	300	0.50	0.60	35	6.5	3.0未満

## ★給食費のお知らせ★

今年度の給食費は、昨年度に引き続き1食323円です。

6月~12月の毎月15日（再引き落とし26日）、ゆうちょ銀行の指定口座より自動的に引き落としされます。（土日祝日の場合は翌営業日になります。）残高の確認をお願いします。

今年度の第1回給食費引き落としは、6月5日（月）です。金額は後日配布予定のお知らせをご確認ください。ご理解とご協力よろしくお願いいたします。

### よろしくお願ひします！

区内の中学校から赴任してきました栄養士の横山瞳です。名前を見てあれ？と思った人もいるかもしれません。実は前任校の前は大泉第六小学校に勤務していました。大六小卒のみなさんや保護者の方とまた再会でできてうれしいです。

今月の献立は前任の栄養士さんが作成してくれましたが、給食時にはできるだけみなさんの教室を回って給食の様子を確認したりお話ししたりできたらと思っています。見かけたらぜひ話しかけてください。安心・安全でおいしい給食作りに努めます。どうぞよろしくお願ひいたします。

