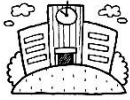


4月給食だよ

令和 5年 4月 6日
 練馬区立光が丘四季の香小学校
 校長 繁田 幸江
 栄養士 田中 陽子



ご入学、ご進級おめでとうございます

元気いっぱいの新入生を迎え、令和5年度の学校生活がスタートしました。学校給食は、成長期にある子どもの心と体の健康や発達のため旬の食材を取り入れ、栄養バランスを考えて作っています。今年度も十分な衛生管理のもと、安全・安心でおいしい給食を提供していけるよう、給食室一同力を合わせていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

1年生の給食は4月11日（火）から始まります。その日までに献立表の主な食品をご確認いただき、食べたことがない食品がないようご配慮をお願いいたします。

給食等を通して学び、身に付けたいこと（食育の視点）

<p>食事の重要性 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<p>心身の健康 健康！ 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</p>	<p>食品を選択する能力 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<p>感謝の心 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<p>社会性 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<p>食文化 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>

出典：文部科学省『食に関する指導の手引—第二次改訂版—』（H31.3）

栄養管理と献立作成

栄養

「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事では不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。

「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

栄養士が
献立作成
しています



目指せ！

給食マスター

給食当番のお仕事編

<p>身だしなみを整えましょう 身だしなみを整えましょう</p>	<p>協力して準備をしましょう 協力して準備をしましょう</p>	<p>1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう 1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう</p>	<p>汁物は底からよくかき混ぜ、具を均等にゆきましょう 汁物は底からよくかき混ぜ、具を均等にゆきましょう</p>
--	--	--	--



①給食調理について

本校の給食は、調理業務を民間委託しています。調理業者は協立給食株式会社で、社員3名、パート社員7名で給食を作ります。



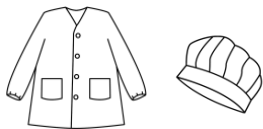
②給食費について

給食費の一食単価は低学年247円、中学年261円、高学年280円です。

給食費の引き落としに関する詳細は、後日配付するお知らせをご覧ください。残高不足のないよう、口座への入金をお願いいたします。

③給食当番について

給食当番は白衣を週末に持ち帰ります。洗濯、アイロンがけをして持たせて下さい。また、ほつれた部分の補修やボタン付けなどにもご協力をお願いいたします。



④アレルギー対応について

給食にてアレルギー対応を希望される場合は、医師の診断のもと必要書類の提出、学校での個人面談等が必要となります。年度の途中でも、アレルギーに関わる変化があった場合、栄養士が養護教諭まで速やかにご相談下さい。配布された献立表をご確認いただき、給食で初めて口にしない食材がないようご配慮ください。

⑤献立表・給食だよりについて

【献立表】

給食に使用する食品は、6つの分類に分けてお知らせします。

【給食だより】

毎月「給食だより」を通して、食に関する情報や、給食・食育についてお知らせしていきます。ご家庭での食育にも役立てていただければ幸いです。ぜひ、お子様と一緒にご覧下さい。

⑥給食の食材について

学校給食では、できるだけ国産の材料や地場産の野菜を使用し、安全でおいしく栄養価の高い料理を提供するよう、心がけています。旬の食材を多く使用し、素材から調理し、いろいろな種類の食品を体験できるようにしています。

4月の献立から



★4月10日 進級お祝い献立

桜の花びらが入った春らしい「桜ごはん」で、進級をお祝いします。また、春を呼ぶといわれる旬の魚「さわらの西京焼き」で、旬の魚のおいしさを味わっていただきます。

★4月28日 たけのごご飯

春に旬を迎えるたけのこで「たけのごご飯」を作ります。日本で昔から食べられてきた旬の和食のおいしさを給食でたくさん体験していただけたらと思います。