

# 食育だより 4月



令和6年4月8日  
練馬区立豊玉第二中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、以下のような様々なことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。1年間、よろしくお願いいたします。



給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)



<b>食事の重要性</b> おいしいね  食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。	<b>心身の健康</b> 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。	<b>食品を選択する能力</b>  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。
<b>感謝の心</b>  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。	<b>社会性</b>  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。	<b>食文化</b>  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。

## 栄養管理と献立作成

「学校給食摂取基準」に基づき、各学校の栄養教諭または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。

## 衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき、衛生管理の徹底に努めています。

<b>調理員は健康チェックをし、身だしなみを整えています。</b> 	<b>野菜・果物は流水で3回以上洗います。</b>  ※食材に異物混入がないかもチェックします。	<b>生で食べる果物を除き、すべて加熱します。</b>  ※加熱した食品は、中心温度を測定します。	<b>調理後2時間以内に喫食できるよう、時間を考えて調理します。</b> 
---------------------------------------	--	---	--



給食当番は交代制です。週末に給食エプロンを持ち帰りますので、次に使うお子さんが気持ちよく着られるよう、洗濯をお願いします。週明けの登校時にご準備くださるよう、ご協力をお願いします。

