



一条中学校

令和7年4月号

ご入学・ご進級おめでとうございます。みなさんを応援し、心と体の健やかな成長を支えていくために、本年度も「栄養バランスよく、安全安心でおいしい給食」を給食室一同力を合わせて届けていきたいと思っています。また、学校では、毎日の給食の時間を中心に、授業等とも連携した食育を進めていきます。よろしくお願いいたします。

学校給食の目標

よく「人」を「良」くすると書いて『食』といわれます。『食』という漢字の成り立ちとは少し異なるようですが、食べ物や食べ方の大切さをよく言い表していると思います。

学校給食は、現在、子どもたちが食事を通してさまざまな事柄を学び、望ましい食習慣や社会性などを身につけていく教育活動の1つになっています。学校では学校給食法に基づき、以下のような目標を達成できるよう、給食作りや給食を通した食に関する指導を行っています。

健康な体をつくる



バランスの良い給食をしっかり食べて、健康な体を保とう！

よい食べ方を学ぶ



毎日の食事について、自分で考え判断して食べられるように！

人と関わる



みんなで準備や会食をし学校生活を豊かにしていこう！

食べ物に感謝する



食べ物は、自然の恵みであり、それらを育む環境を守っていこう！

働くことを尊ぶ



多くの人の働きによって、食生活が支えられています。将来は支えていく側に！

食文化を未来に伝える



和食や郷土料理のよさとその地域の伝統や歴史を学ぼう！

社会のしくみを学ぶ



食品の生産・流通・消費について持続可能な社会を目指そう！

この食育だよりは、一条中学校のホームページ > 各種たより > 食育だより からも見られます。

本校の給食

給食費 月額 6,800円 (日割り 390円)

給食費の返金手続きについて

疾病等により休業日を除き7日間以上欠席する見込みのある場合「給食停止届」を提出いただきますと、その申込みを受理した2日後から給食費の徴収を停止します。すでに給食費が納入されている場合は日割りにより算定し、保護者に返金します。

年度初めに配ります「給食費の納入及び返金手続きについて」をご覧ください、希望する方は担任までご連絡ください。

主食

ごはん 週4回宇都宮産コシヒカリを使用(米粒の大きさに割った押麦を5%混ぜた麦入りごはん)

パン 週1回 米粉パン 月1回程度 麺類 月1回程度

副食

煮物・焼き物・揚げ物・炒め物・蒸し物・和え物・汁物などの料理を季節に応じて実施
さらに、行事食や郷土料理などにバラエティーに富んだ料理や豊富な食材(旬の食材や地産地消)を取り入れながら献立作成します。

※一条学校園の西原小・西小・宮の原小で同じ献立を約 $\frac{2}{3}$ 実施しています

牛乳

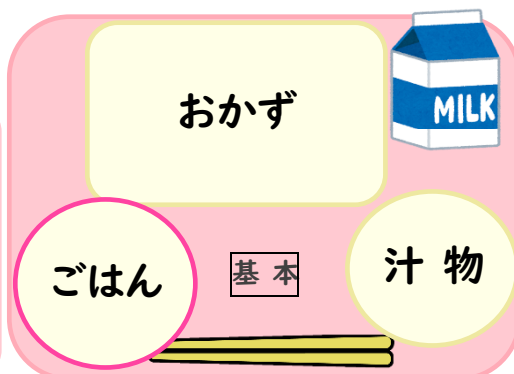
毎日(栃木県産)200cc1本

※牛乳には、成長期に必要な栄養素が含まれており
効率よく摂取することができます。



給食の配膳

右図が基本です。献立の組み合わせによって、教室に掲示する「盛り付け表」や各階の配膳室前に盛付例があります。置く位置や分量を参考に配膳しましょう。



学校給食は、成長期の中学生に合わせて栄養価計算されています。
毎日残さず食べることで栄養が満たされます。苦手なものも、まずは一口チャレンジしてください。
新しいおいしさの発見や、自分の好みの変化に気づくこともありますよ。

給食当番は、白衣・マスク・三角巾を着用します。

○学校の共用の白衣でなく、自分で準備したもの《衛生面や汚れ防止のため
白衣型・かっぱう着型を推奨しますが、胸当てエプロンでも可》と給食当番用
三角巾を使用しても構いません。白衣ロッカーにつるして保管するため、フックに
かけられるように白衣の袋のようなひも付きの清潔な袋に入れて持ってきてください。

○感染症の拡大を予防するため、給食当番の時に体調不良(かぜのような症状、腹痛や吐き気等)
や手指の傷があるとき(特に化膿時)は、感染防止のため担任に伝えてください。

○学校の共用の白衣は、週末に持ち帰り洗濯をし、より衛生的に保つため
アイロンをかけ、次の週の初日に忘れずに持ってこられるよう、ご協力をお願いします。

給食のとき、机にランチョンマットを敷きます。

○大きなハンカチやバンダナでも構いません。週末には洗濯をし、清潔なものを持ってきましょう。

