



食育だより

河内中学校 令和4年 4月号

ご入学・ご進学おめでとうございます!

色とりどりの花が咲きほこる中、元気いっぱいの新入生を迎え、新年度の学校生活がスタートしました。環境が変わるこの季節は、緊張や不安から体調をくずしやすくなる時でもあります。睡眠をしっかりとり、朝ごはんを食べて登校するようにしましょう。

河内中学校の給食内容

《主食》

・ごはん・・・週4回

(米:宇都宮市産こしひかり)

給食室でごはんを炊いています

・パン・・・週1回

(今年度から小麦粉は宇都宮市産ゆめかおりを使用します)

納入業者:滝乃金田屋

《牛乳》

・1本200cc(栃木県産)

納入業者:栃酪乳業

《おかず》

・給食室で調理します。

今年度の食数:約370食

・地元の食材を積極的に使い、地産地消に取り組んでいます。



献立表には情報がいっぱい!

給食献立表には、献立名・使用材料名・栄養価などを記載しています。栄養価は、提供している給食のエネルギー・たんぱく質・脂質・塩分量について1食分だけでなく、月平均と基準値も載せています。中学生に必要な1食分がどれくらいなのか、参考にしてください。

保護者のみなさまへ

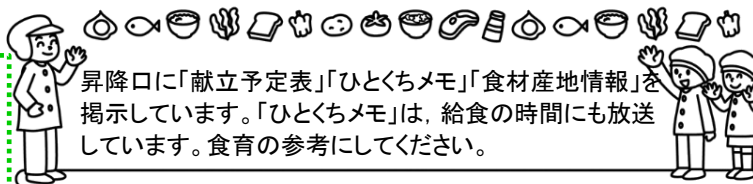
毎月、献立表を配布します。必ず目を通していただき、なるべく朝食や夕食と重ならないように、ご配慮をお願いします。

学校給食について

学校給食は、ただ単の「昼ごはん」ではなく、食べ物や栄養・食事のマナーなどを学ぶ場でもあります。給食の約束を守り、クラス全員で協力しながら給食の時間を過ごしましょう。



学校栄養士の菊地敦子(きくちあつこ)です。本校勤務2年目になります。今年度も、みなさんの健康づくりのお手伝いをさせていただきます。おもに職員室にいますので、新入生のみなさんも気軽に声をかけてください。



給食室より

責任者の大島です。調理業務は、今年度も一富士フードサービス株式会社が行います。

徹底した衛生管理のもと、安心・安全でおいしい給食作りに励んでまいります。

スタッフ7名、力を合わせて取り組んでいきますので、よろしくをお願いいたします。

