

4月食育だより

宇都宮市立宮の原小学校
R7. 4. 8

★保護者の方もお子さんと一緒に読んでください。



ご入学、ご進級おめでとうございます。

春のうらかな陽気に包まれ、新学期が始まりました。

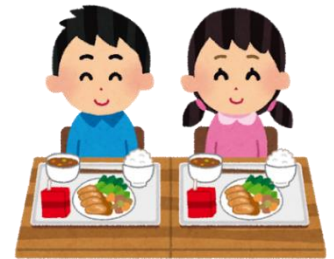
給食室では毎日おいしい給食になるよう、スタッフ一同愛情を込めて給食作りに取り組みますので、どうぞよろしくお願いいたします。

また、みなさんが楽しく食事をするため、「食事マナーの指導」や「郷土料理や行事食」を給食に取り入れ、自らの住む地域や日本の伝統と料理の関係などを通し、子どもたちの食に対する関心を高めていければと思っています。

毎月「食育だより」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。

学校給食費について

	月額	1食あたりの金額
低学年	5,100 円	280 円
中学年	5,200 円	290 円
高学年	5,300 円	300 円



給食費の停止・返金について

長期欠席（病欠・ケガ・感染症等）休業日を除き引き続き7日間出席しない場合
給食停止・・・受理日2日後から給食費を減額します。

給食費 1 食分 × 欠食回数 = 返金額

※ただし既に納品されている食材がある場合は日割から算出します。

長期欠席がわかったら、まず学校へ連絡をお願い致します。



給食当番の白衣、ランチマットについて

白衣は、給食の最終日（金曜日）に給食当番が家庭に持ち帰りますので、洗濯をお願いします。

その際、白衣のボタンや縫い目がほつれていましたら、お手数をおかけしますが繕っていただければと思います。机の上に敷くランチマットも毎週金曜日に持ち帰ります。



給食当番になったら

- ・きれいなマスクをつけます
- ・手を石けんできれいに洗います
- ・きれいなハンカチで手をふきます



宇都宮市では毎月、「宮っ子ランチ」給食を実施します！



宇都宮市の特産品を使用し、この土地の良さを知ることができる「宮っ子ランチ」。この宮っ子ランチは、宇都宮市の気候・風土、そして先人によって培われた食文化への理解を深め、郷土への愛情を育むことを目的とした給食になります。昨年度までは年間4回（春・夏・秋・冬）のみの実施でしたが、今年度からはそれに加え毎月、各学校が選定した旬の地場産物（野菜・果物など）を献立に取り入れた新しい「宮っ子ランチ」にリニューアルします。今年度の第1回目は4月17日、宇都宮市産トマトを使用します。

給食では、こんなことに気を付けて献立作成しています！

いろいろな食品を幅広く利用



食べた事がない食品や料理は箸をつけようとしなかったり、食べるまでに時間がかかったりすることがあります。給食では児童が好きなものばかりでなく、旬の野菜や芋、豆などあらゆるものを使った料理を提供しています。様々な食材、料理を食べるという体験をしつつ、栄養バランスのとれた食事内容になるよう配慮しています。

米飯給食は週4回

お米は、宇都宮産こしひかりに麦が入った「麦入りごはん」が基本です。学校で炊いたおいしいご飯が味わえます。麦入りごはんだけでなく、五穀ごはんや赤飯・わかめごはん・チキンライス・五目ごはん・チャーハンなどバリエーションもたくさんあります。

安全でおいしい手づくり給食を

納入される物資は年度始めに売買契約を結んだ業者から、良質で安全な食品を選定して使っています。なるべく地域の食材（栃木県産・宇都宮産）を活用し、味噌汁の「だし」は、かつお節でおいしい「だし」をとっています。



かみごたえのある料理を



よくかんで食べる習慣が身に付くよう、かみごたえのある料理を取り入れています。（豆・小魚など）

よくかむことは、あごの発達や肥満防止、虫歯予防などに効果があります。また、脳を刺激し頭の働きが活発になります。

食文化の継承を

日本に昔から伝わる料理や、季節・行事にちなんだ料理を取り入れています。赤飯・県産かんぴょうを使った料理・ひな祭り・子どもの日・七夕・県民の日メニュー・十五夜・初午のしもつかれなどを提供しています。



毎日の給食を楽しみにしてください！