



## 今月の給食目標

たのしいきょうしゅくにするために、  
きょうりょくしてじゅんぴしよう



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、新学期の給食が始まります。成長の盛んな時期は、特にバランスのとれた食生活が大切です。学校給食では、エネルギー、鉄、ビタミン・亜鉛など、子どもたちが1日に必要な栄養量のおよそ33%をとれるように設定されています。また、ご家庭でとりにくいカルシウム・マグネシウムは50%、ビタミンB1・B2は40%摂取できるように重点をおいています。摂取しにくい食品として、できるだけ種実類、豆類、豆腐、油揚げなど、海藻類、果実類を献立にとり入れています。

給食室も、委託調理員8名が、毎朝7時30分から子どもたちのために調理作業をしています。引き続き、みなさんにおいしい給食をお届けできるよう力を合わせて取り組みますので、どうぞよろしくお願いいたします。

### ◇学校給食費について

給食の実施回数は198回を予定しています。

	月額	1食当たりの平均金額
低学年	4,600円	260円
中学年	4,700円	265円
高学年	4,800円	270円

### 給食当番の健康&衛生チェック

感染症予防のため、健康や衛生チェックをして、体調が悪い時は先生に伝えて当番をかわってもらいます。

下痢はしていない



発熱、腹痛、おう吐はしていない



衛生的な服装をしている



手をきれいに洗った



©少年写真新聞社2024



### ◆長期欠席児童の給食費の返金について

- ・ 長期欠席や転出する場合は、早めに担任までご連絡下さい。
- ・ 連続欠席で起算日から7日以上欠席をした場合は、給食費返金の該当となります。
- ・ 起算日は、物資注文の関係で係が受理してから2日後となります。

### ◆給食当番の白衣について

- ・ 白衣は、毎週給食の最終日（金曜日）に給食当番が家庭に持ち帰りますので、洗濯とアイロンがけをお願いします。
- ・ 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ありがたいです。

### ◆ランチマットについて

- ・ 机の上に敷くランチマットは、毎週金曜日に持ち帰りますので洗濯をお願いします。
- ・ 紛失した場合や汚れがひどい場合には、交換をお願いします。



# 給食ではこんなことに気を付けて献立をたてています！

## いろいろな食品を幅広く利用

食べたこと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、いろいろな食品や料理を食べることを体験させながら、栄養バランスのとれた食事内容に配慮しています。

1年生は  
15日(月)  
からです！

## 地場産物の活用

旬の野菜や、錦小学校近くの豊郷地域の生産者が育てた地場産物も使用しています。

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。お赤飯やおこわ、わかめごはん、チキンライス、五目ごはん、混ぜご飯…とさまざまな種類の主食も提供していきます。学校で炊いた、炊き立てのおいしいご飯が味わえます。



## 安全でおいしい手づくり給食を

- ★ 納入される物資は、年度初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。
- ★ 地場産の野菜は、低農薬です。
- ★ パンは、宇都宮産の小麦を100%使っています。黒砂糖入りのパンや、パン業者がその日の朝に焼いた「朝焼きパン」も献立に組み入れています。また、揚げパンやシュガートーストなどは、給食室で手作りしています。
- ★ 手作りのデザートなども人気のメニューです。



## 生活習慣病予防に配慮

- ★ 脂肪・食塩・動物性たんぱく質をとりすぎないようにしています。摂取しにくい食物繊維や鉄分・亜鉛・カルシウムを含んだ食品を、できるだけ組み入れています。野菜たっぷりの給食です。

## かみごたえのある料理を

- ★ よくかんで食べる習慣が身につくように、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、あごの発達や歯並びをよくし唾液の分泌、肥満防止や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。

## 学校給食食材の放射能検査について

- ★ 学校給食食材の野菜・果物および調理済給食1週間分の放射能検査を、今年度も継続して実施します。青森県から静岡県までの地域の農産物を中心に選定し、情報を提供していきます。検査結果は毎月の予定献立表の裏に記載予定です。

## 食文化の継承を

- ★ 自らの住む地域、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・県産干びょうを使った料理・ひな祭り・こどもの日・県民の日メニュー・七夕・十五夜・初午のしもつかれなど)

