



平成26年9月19日
流山市立江戸川台小学校

給食試食会資料

【今日の献立】

ツイストコッパン 手作りブルーベリージャム 牛乳
なすのミートグラタン 切干大根のスープ ヨーグルト

1 学校給食の目標

(食育の推進のため学校給食法改訂 平成21年4月施行)

心身の健康 …… 適切な栄養摂取による健康の維持増進を図る。

食事の重要性 …… 食事について正しい理解、健全な食生活を営む判断力と望ましい食習慣を養う。

社会性 …… 学校生活を豊かにし、明るい社会性と協力の精神を養う。

感謝の心 …… 食生活は、自然の恩恵を受けていることを理解し、命や自然を尊重する態度を養う。また、食にかかわる人々の勤労に感謝する態度を養う。

食文化 …… 自然の恵みを大切にしてきた我が国の地域の伝統的な食文化の理解を深める。

食品を選ぶ力 …… 食料の生産、流通、消費について正しい理解に導くこと。

2 栄養指導について

(食育基本法平成17年に策定され、平成18年食育推進基本計画が施行)

- ① 配膳された給食を目で見て、実際に食べることにより小学生に必要な食事内容を知ることができます。
- ② 献立表、給食だよりに食生活や、栄養知識や食文化などに関することを載せています。
- ③ 栄養士が授業に参加し、指導を行うこともあります。

3 給食費について

年間給食日数 …… 183回

1ヶ月の給食費 …… 4,200円を11回集金しています。

1食単価 …… 252.46円

※ 長期欠席、途中での転出等については、返金できる場合もあります。担任をとおして連絡してください。

4 食物アレルギーの対応について

医師の診断により学校生活管理指導表に基づき、最低限の原因食物のアレルギー対応をしています。ただし、代替え食については、行っていません。

なお、原因食物が多種類になる場合は、対応ができない場合もあります。ご了承ください。

5 食事の内容

文部科学省基準に合わせ献立をたてています。

【児童1人1回あたりの学校給食摂取基準】

低、中、高の3段階に分かれています。栄養価は中学年を基準に計算します

	6才～7才	8才～9才	10才～11才	今日の栄養量 充足率(%)
エネルギー(Kcal)	530	660	750	103.0
たんぱく質 (g) (範囲内が望ましい)	20 16～26	24 18～32	28 22～38	111.7
脂 肪 (g)	学校給食による摂取エネルギー全体の25～30%			94.4
カルシウム (mg)	300	350	400	137.4
マグネシウム(mg)	70	80	110	103.8
鉄 (mg)	2	3	4	206.7
亜 鉛 (mg)	2	2	3	130.0
ビタミンA (μgRE)	150	170	200	231.8
ビタミンB1 (mg)	0.3	0.4	0.5	185.0
ビタミンB2 (mg)	0.4	0.4	0.5	227.5
ビタミンC (mg)	20	20	25	120.0
食塩相当量 (g)	2未満	2.5未満	2.5未満	116.0
食物繊維 (g)	4	5	6	152.0

※ 学校給食摂取基準は、厚生労働省の日本人の栄養所要量（食事摂取基準）と国民栄養調査等の結果を考慮し、5年ごとに見直しを行っています。（新基準平成25年4月1日施行）

【学校給食の標準食品構成表】

1ヶ月の摂取目標を1回あたりの給食に換算したものです。

(単位：g)

	6才～7才	8才～9才	10才～11才	今月の食品構成 充足率(%)
米	42	48	60	115
強化米	0.13	0.14	0.26	113
小麦(パン)	20	23	26	23
イースト(パン)	0.5	0.57	0.65	20
食塩(パン)	0.4	0.46	0.52	20
ショートニング(パン)	0.7	0.8	0.91	57
砂糖類(パン)	0.7	0.8	0.91	29
脱脂粉(パン)	0.7	0.8	0.91	14
牛乳	206	206	206	101
小麦粉及びその製品	4	5	7	107
芋及び澱粉	32	38	42	72
砂糖類	3	3	3	170
豆類	5	6	6	118
豆製品類	15	20	21	94
種実類	2.5	3.5	3.5	87
緑黄色野菜	19	23	27	126
その他の野菜	60	70	75	114
果物類	30	32	35	77
きのこ類	3	4	4	88
藻類	2	2	2	30
魚介類	13	16	16	63
小魚類	3	3	3	60
肉類	12	15	17	113
卵類	6	6	8	83
乳類	3	4	5	158
油脂類	3	3	3	150

- ◎ 発育期にある小学生は一食ごとにバランスのとれた食事のとり方が必要です。
- ◎ 給食は、多種類の食品を組み合わせるように工夫されています。
- ◎ 献立の形態は、主食・牛乳・副食の三本柱から成り立っています。

《主 食》 1週間にパン給食1回、米飯給食3回、麺類1回の割合が基本になっています。

☆パ ン……無漂白の国産小麦粉を9割（千葉県産15%、北関東産15%、北海道産70%の国産小麦）と千葉県産米粉1割を使用して作っています。

パンの大きさも学年や献立内容によって10g単位で大きさを変えています。「揚げパン」「トースト」は、学校で手作りしています。各種のバーガーやサンドパンも、セルフサンドとして取り入れています。

☆米 飯……米は、その年に収穫された流山産のコシヒカリを使用しています。今年度も10月から流山産の新米を使用します。

もち米も使い、おこわ等も炊いています。

☆ 麺 ……麺は、(冷)うどん、(冷)中華麺、(干)スパゲティーを使用し、献立に変化をつけています。麺を使用した献立は、給食用のおわんに盛りつけるので、家庭で食べている麺の半量以下の使用量のため、エネルギーが不足してしまう場合が多く、補食として小さなパンや焼きおにぎり、芋類などを付け加えています。

《牛 乳》 原則として牛乳（200ml）が1本、毎食つきます。早朝、配達された牛乳は、給食時間まで牛乳保冷庫に保管されます。

学校給食での牛乳の役割は、成長期の児童に欠かせないカルシウムの摂取を目的とし、牛乳と他の食品を組み合わせ、1日の必要量の50%を摂取できるようになっています。

《副 食》 肉、魚、卵、豆、小魚を主とした料理に、野菜などを付け合せ、煮物、揚げ物、焼き物、蒸し物、汁物と変化をつけています。

☆和風だし……「削り節」や「昆布」で、だしを取っています。

☆ル ー …… バターで小麦粉を炒め、牛乳と生クリームでホワイトルーを作ります。

☆加 工 品……「コロッケ」「ギョーザ」「春巻」などの加工食品や「魚の切り身」等は材料の種類や使用量を指定し、入札を行い使用します。

商品の見本、配合表、商品の細菌検査成績書、食品衛生監視票、放射能検査表、価格の見積を提示してもらい、審査会を行います。市内まとめて共同購入します。市価よりも安い価格で、大きさ、内容、味などを大勢の栄養士の目で審査するので、品質管理がしやすく安心です。

☆添 加 物……「ハム」「ウインナー」「練り製品」「調味料」は、無添加のものを取り入れています。

☆食 材……季節の食材を取り入れ、千産千消にも取り組み、多種類の食材を利用するよう心がけています。季節や学校行事に合わせ、行事食なども行っています。

6 衛生管理について

- ☆ **細菌検査**……調理従事者は、赤痢菌、サルモネラ菌、O-157の細菌検査を月2回行い、自己健康管理をしています。納入業者の方にも毎月、細菌検査を受けてもらい、検査結果を提出してもらっています。
- ☆ **当日納品**……缶詰、乾物、調味料以外は当日納品された食材をその日の内に使い切ります。
- ☆ **消毒**……手指消毒、調理器具の消毒は、文部科学省より指導されたマニュアルを参考に行っています。
- ☆ **中心温度**……調理された食品の火のとおりを確認するために、中心温度を測定し、記録しています。(測定値の基準85℃で1分間)
- ☆ **検食**……出来上がった給食は、児童の給食時間前に校長が検食しています。
- ☆ **保存食**……納品された食材や出来上がった料理は、検査用の保存食として-20℃で2週間保存しています。
- ☆ **保健所**……2年に1回、保健所の巡回指導があり、厳しく指導や指摘を受けます。また、毎年、夏休みに教育委員会主催の衛生講習会に給食従事者全員が参加し、新しい情報や衛生管理について、再認識しています。

7 放射能簡易検査について

- ☆ **給食食材放射能簡易検査**……給食で使用する食材の放射性セシウム134・放射性セシウム137について検査をしています。現在のところ検出されていません。
- ☆ **給食丸ごと放射能簡易検査**……給食で調理した一食分(牛乳も含む)を全て放射能簡易検査をしています。放射性セシウム134・放射性セシウム137は、現在のところ検出されていません。
- ☆ **放射能簡易検査の結果**……検査結果については、献立表・給食だより等に掲載しています。流山市のホームページにも、全校の結果が掲載されています。

8 保護者のかたへ

- ☆ **時間**……給食時間は、45分間です。限られた時間で給食をしています。決められた時間内に配膳、食事、後片付けをしています。その中で、みんなで協力すれば、速く、楽しくできることを学んでいます。
家庭でも食事の準備、片付け等、簡単なお手伝いをしてほしいものです。
- ☆ **給食着**……給食当番の白衣は、1週間使用すると汚れが目立ちます。週末には持ち帰りますので洗濯をお願いします。また、ボタンやゴムひも等のほころびを点検し手直しも、お願いします。
- ☆ **はし**……ナプキンと箸は、給食袋に入れて、毎日、持たせてください。



