



給食だより

19日は食育の日

流山市立おおたかの森小・中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます！



小学1年生、中学1年生を迎えて、おおたかの森小中学校の仲間が全員そろいました。新年度がスタートして、新しいクラスになり、とても元気な声が聞こえてきます。給食も始まり、準備等スムーズにできて、初日からもりもり食べてくれました。小学1年生も17日から給食がスタートして、かわいい給食当番さんたちが、一生懸命準備をしてくれました。食べている姿も、とても立派でした。

給食室一同全力で、おいしい、安全な給食を作っていきたいと思いますので、給食へのご理解とご協力をどうぞよろしくお願い致します。給食の写真をホームページに更新していきますので、ご覧下さい。

【学校給食について】



学校給食は、栄養のバランスのとれた食事を友達や先生と一緒に食べることで、正しい食習慣および協調性、健康の増進、体位の向上をはかろうとするものです。教育の一環として実施しております。

【学校給食の栄養について】

学校給食は一日3食のうちの1食分ですが、栄養摂取基準は一日分の1/3より多くなっています。特に成長期の子ども達に必要なカルシウムやビタミン類は、一日の必要量の1/2の量を摂取できるようになっています。



おおたかの森小・中学校では、給食施設が一つなので、中学生の数値をもとに献立を立てて、量を調整していきます。

《栄養摂取基準 (文部科学省)》

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質(%)	食塩 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
低学年	530	20	摂取エネルギーの 25~30%	2.0	300	2	150	0.3	0.4	20	4.0
中学年	640	24		2.5	350	3	170	0.4	0.4	20	5.0
高学年	750	28		2.5	400	4	200	0.5	0.5	25	6.0
中学生	820	30		3.0	450	4	300	0.5	0.6	35	6.5

【衛生管理について】

学校では、給食従事者の健康観察、冷蔵庫、冷凍庫の温度、使用水の塩素濃度などについて毎日点検を行っています。また調理作業における衛生管理を徹底し、手指の洗浄・殺菌をはじめ、加熱状況の確認（中心温度85度以上）をしています。また、給食開始30分前には異常がない事を確認する為に検食をし、記録しています。検食は主に校長先生が行っています。

子ども達が安心して給食が食べられるように万全を期していきます。



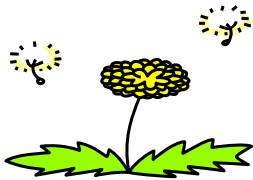
【学校給食の内容について】

- ①年間給食回数 183回（小学1年生は179回、中学3年生173回）
- ②給食費
小学校1ヶ月 4300円（1食当たり258.47円）
中学校1ヶ月 5100円（1食当たり306.56円）
※学校より集金計画が出されますので、そちらの計画でお願いします。
- ③内容
米飯給食 週3～4回、パン・めん類は週1～2回

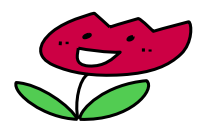
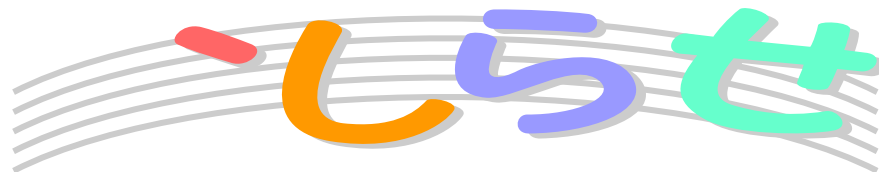
【その他】

産地等を確認して、安全なものを使用しています。野菜や果物、豚肉、鶏肉についての産地等は、献立表の裏面に記載されています。ご確認をお願い致します。

また、給食に使用される食材について、定期的に放射能検査を実施していきます。ホームページに更新いたします。



- 白衣（小学校：白 中学校：青）は、週末持ち帰りますので、洗濯し、アイロンをかけて、週明けに持たせて下さい。もし、糸のほつれや、ボタン（学校に予備がありますので、担任に連絡してください）のはずれなどがありましたら、修繕をお願い致します。
- 「はしの日」は、必ず清潔なはしを持たせて下さい。
- お家でも食事の前には必ずうがい・手を洗う習慣をつけさせて下さい。
- お家の食事の準備や後片付けをなるべくお手伝いをするよう声をかけてください。
- 苦手なものも、少しずつ食べられるように、励ましてあげて下さい。



おたかの森小・中学校の給食は、1830食を委託業者の「日本給食（株）」の調理員さん26名で作っていただいています。新しい料理やおいしい料理をどんどんチャレンジしていきたいと思っております！楽しみにしててください！

本年度より栄養士が2人体制になりました。小学校に齋川由有実、中学校に宮本有貴子が所属します。よろしくお願いいたします。

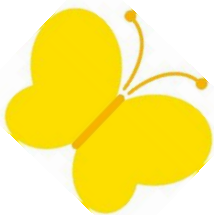


* 4月11日（水） 中学1年生 給食スタート！ *

中学1年生は、中学校に入学して初めての給食でしたが、テキパキと配膳をしている姿が印象的でした！「桜寿司」をはじめ、給食をもりもり食べてくれました。ほんのりピンクに色づいたご飯が、春らしさを感じさせる給食の時間となりました。



* 4月17日 (火) 小学1年生 給食スタート! *



小学1年生は、4時間目から配膳の仕方や食べ方を学んでからの給食。皆で協力して配膳をした後、どのクラスからも「いただきます！」が聞こえてきました。「おいしい」や「おかわりしたよ」という声をたくさんいただきました。

