



給食だより

令和8年4月8日
北本市立中丸小学校



ご入学、ご進級おめでとうございます。2年生以上は10日（金）から給食が始まります。1年生は17日（金）、20日（月）に給食着への着替えや配膳の練習をして、牛乳だけを飲む牛乳給食を行い、21日（火）からは給食が始まります。今年度も衛生管理の徹底を図り、より安全・安心な給食の提供を心がけていきたいと思っております。給食を食べることによって子どもたちが少しでも笑顔で学校生活を送れるようになればうれしいです。

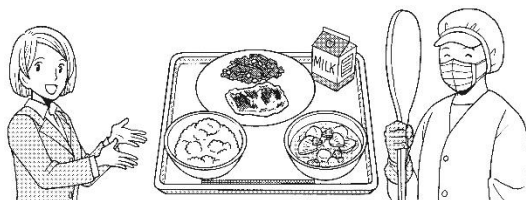
学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができ、判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	

学校給食は学校教育活動の一環として、栄養バランスのとれた食事を友達や先生と一緒に食べながら、楽しいふれあいの中で子供たちの健康と心身の成長を育てていきます。今年度も引き続き、前向きでの給食になります。給食にどんな食材が使われているのか観察しながら食べたり、1つ1つの食材を味わって食べたりと、新たな給食の楽しみ方を発見するいい機会になればいいなと思っています。



<北本市の給食について>



<おかず>

肉、魚、卵、豆などのおかずです。炒め物や和え物、焼き物などができます。



<主食>

週3回以上は米飯給食です。そのほか、パンやめんなどを提供します。

<汁物>

肉や野菜など具材がたくさん入った汁物があります。給食室で「だし」をとり、減塩になるように努めています。

<牛乳>

毎日、牛乳がつきます。成長期に必要な栄養がたくさん入っています。

○今年度の給食費は、北本市に負担していただき無償化になっているため、保護者の負担額はありません。入院等で長期欠席をする時に給食を停止したい場合は担任までご連絡ください。

○1食は約340円（月額4500円+物価高騰分23%=5535円

5535円×11カ月/年間の実施予定回数180回で割った金額）で運営していきます。

○給食は、季節の野菜や郷土料理などを取り入れ、バリエーション豊かになるよう心がけています。

○献立作成は、栄養価それぞれの平均値が1ヶ月を通じて基準値を上回るか近づくようにしています。残してしまうと、必要な栄養がとれなくなってしまいます。残さず食べて元気な体を作りたいです。

○今年度の献立のテーマは「給食で旅する日本」です。



献立表確認のお願い

給食で初めて食べる食材はありますか？

食物アレルギーは、乳児がもっとも多く、年齢が上がると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合があります。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずは、家庭で食べることをおすすめします。



ご家庭へのお願い

お子様が充実した給食時間を過ごせるよう、以下の点をお願いします。

- ・給食着はいつも清潔に。
- ・献立の○のついている日に箸の用意を。
- ・箸を正しく持つなど、食事のマナーの見直し。
- ・苦手なものがある場合は、1口でも挑戦できるようにご家庭でもご協力をお願いします。

今年度も中丸小学校の栄養教諭を務めることになりました、「樺澤みき」です。今年度も安心・安全な給食の提供および、食に関する授業等をしていきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

