

給食だより

令和5年4月13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12日(水)から、1年生は19日(水)、20日(木)が牛乳給食、21日(金)から給食が始まります。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行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、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。友だちと会話をしながら楽しく食べる事について一部制限はありますが、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。

<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。

<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。また、月に数回、学校で炊き込みご飯を実施しています。



<汁物>

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

○給食は、1学期は4月12日～7月14日までの65回、2学期は9月4日～12月19日までの71回、3学期は1月10日～3月19日までの48回、年間184回を予定しています。

○給食費は、1食270円、1ヶ月4,500円です。今年度は10月まで給食費が無償化となります。

○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ってほしいです。

○今年度の献立のテーマは「**作ってみよう★給食メニュー**」です。家庭で作ってほしい給食メニューを毎月紹介していきたいと思います。

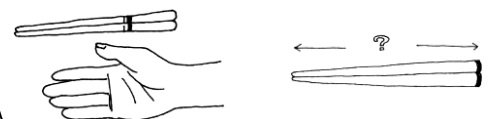
ご家庭へのお願い

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。
- ・献立の〇のついていない日に箸の持参を。
- ・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家庭でもご協力をお願いします。

はしの長さの目安

手のひらの1.1～1.2倍の長さが適当
1～3年生 15.5 cmくらい
4～6年生 18～20 cmくらい



ピックアップした献立の紹介や給食の写真を学校のホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。