

4月 給食だより



令和 6 年度
安中市松井田学校給食センター
(☎027-393-1611)

ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健全やかな成長を支えるとともに、以下のようなさまざまなことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めます。



給食等を通して学び、身に付けたいこと(食育の視点)

食事の重要性 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する	心身の健康 健康を保つための自己管理能力を身に付ける	食品を選択する能力 正しい知識、情報をもとに食品を選ぶ力をもつ
感謝の心 食べ物を大切にし、かかわる人々に感謝する	社会性 マナーや思いやりの気持ちなど社会性を育む	食文化 地域の産物や伝統的な食文化を知り、未来に伝える

出典：文部科学省『食に関する指導の手引—第二次改訂版—』(H31.3)

栄養管理と献立作成

「学校給食摂取基準」に基き、献立を作成しています。1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

保護者の方へ

毎月、献立表を配布します。

ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをおすすめします。

★給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。

給食時間のやくそく

給食当番のお仕事編

身だしなみを整えましょう 	協力して準備をしましょう 	1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう 	汁物は底からよくかき混ぜ、具を均等にようしましょう
-------------------------	-------------------------	-------------------------------	--------------------------------------

当番以外の準備編

机の上はきれいに片付けましょう 	換気をして空気を入れ替えましょう 	手をせっけんできれいに洗いましょう 	「いただきます」をするまで、席で静かに待ちましょう
----------------------------	-----------------------------	------------------------------	--------------------------------------

給食の食べ方編

よい姿勢で食べましょう 	口をとじて、よくかんで食べましょう 	立ち歩いたり、友達が嫌がる話をしたりするのはやめましょう 	時間内に食べ終わるようにしましょう
------------------------	------------------------------	---	------------------------------

ホームページをごらんください



毎日の給食の写真、給食づくりの様子や、レシピを紹介しています。



安中市給食キャラクタ ぎゅうしょくちゃん
「給食センターの一日」動画はこちらです。