

# 給食だより

令和2年4月  
仙台市立秋保小学校給食室

ご入学・ご進級おめでとうございます

## 学校給食の目標

学校給食は、一人一人の子どもが、正しい食事のとり方を身に付け、生涯を通して自ら進んで健康づくりができることをねらいとしています。

<p>①バランス良く食べて丈夫な体をつくれます。</p>		<p>②健康な体をつくるにはどんな食生活をしたら良いかを学び望ましい食習慣を養います。</p>	
<p>③みんなで協力して、食事の準備や後片付けをし、明るく楽しいクラスをつくれます。</p>		<p>④食生活は、自然の恵みの上に成り立っていることを理解し、食物を大切にすることを育てます。</p>	
<p>⑤食生活は、生産者や料理を作る人などによって支えられていることを知り、仕事の大切さを理解します。</p>		<p>⑥日本やいろいろな地域の特産品や郷土料理について学びます。</p>	
<p>⑦給食に使われている食品の生産地や流通について知り、地元で作られている食品についての理解を深めます。</p>			

## 学校給食摂取基準について

学校給食では、1日に必要な栄養量の1/3を摂取することを基本としています。  
家庭で摂取しにくい栄養素については1/2を摂取するようにしています。

3・4年生1回当たりの  
食事摂取基準  
エネルギー 650kcal  
たんぱく質21.2~32.5g

## 献立の内容



<b>ごはん</b> 仙台産の「ひとめぼれ」を使っています。週4回（月・火・水・金）自校で炊飯しています。味付けごはんや、チャーハン、ピラフなども出ます。	<b>牛乳</b> 200ml入りで、県内産の牛乳です。東北森永乳業から届きます。
<b>パン</b> 無漂白の学校給食用小麦粉を使い、保存料などの添加物は使用していません。県内産小麦「ゆきちから」が20%配合されています。毎週木曜日、宮城協業組合名取工場で作られ、加賀屋から学校に配送されます。	<b>めん</b> うどん・スパゲッティ・ラーメン・焼きそばなどを出します。一食分に十分な量の麺類を調理することができないので、小さめのパンを組み合わせ出します。
	<b>おかず</b> 季節の食材を使い、煮物・焼き物・揚げ物・和え物・汁物などを主食（ごはん・パン）に合わせて作ります。季節の果物やヨーグルトなども出ます。

## お知らせとお願い

### 給食費について

一食当たり290円です。給食費は食材費のみに使われます。人件費・水道費・光熱費・消耗品費・施設修繕費などについては仙台市の負担となります。また、連続7日以上（土日など給食のない日を除く）欠食する場合は事前に連絡をいただいた上で給食費を返金することが可能です。お早めにご連絡ください。

### 給食回数について

給食回数は、行事等により学年によって異なります。学校日より、学年日より、予定献立表、PTA 総会資料等でご確認ください。

### 給食当番の白衣について

給食当番の白衣は、その週の給食当番の児童が週末に持ち帰ります。きれいに洗ってアイロンをかけ、週明けに持たせてください。お気付きになりましたら、取れそうなボタンを付けたり、繕いなどをしていただくと助かります。

### マスクについて

今年度は、仙台市より支給された給食当番児童用にマスクがありますので、ご家庭からマスクをご持参いただく必要はありません。

### 給食に必要なもの

はし・ランチョンマットをご用意ください。毎日持ち帰り、洗って清潔なものを持たせてください。スプーンがあった方が食べやすい献立の日には、献立表にスプーンマークが付いていますのでスプーンを持たせるようにしてください。また、必要に応じておしぼりをご用意ください。

### 食物アレルギーについて

毎日安心して楽しく食べることができるように、食物に関わるアレルギーがありましたら、担任を通してご連絡ください。医師の診断書を提出していただいた上で、できる範囲での対応をしていきたいと思っております。

### 給食室のスタッフ紹介

栄養士	昆 美佳
技師	清水 千穂
給食パート	佐藤 きみえ
給食パート	黒川 央子
給食パート	柴田 香奈
代替パート	早坂 淑子

