

毎月19日は食育の日



仙台市立川前小学校

令和5年4月10日発行

学校給食に関するお知らせ
や、食に関する情報、学校での
食育の様子などをお届けする
おたよりです。どうぞよろしくお
願いいたします。



安全・衛生に気を付け、
手作りの温かい給食を提
供します！

今年度も、「安全安心」「おいしい」「楽しみ」と 3拍子そろった給食を提供できるようにがんばります！

今年度も、安全安心を第一に、栄養バランスの整ったおいしい給食を作っていきます。また、給食時間が学校生活での楽しみの時間となるような献立の工夫もしていきます。家庭からの御協力もどうぞよろしくお願いいたします。

★今年度 給食室スタッフ★

栄養教諭 阿部真由美
給食技師 早坂雪枝
今泉由佳利・宇佐美直子
給食パート 安藤真紀・末永美紀
千葉なぎさ・小倉麻衣
松崎直美・佐藤佳枝

給食スタッフ力を合わせて、子供たち
に喜ばれる給食作りと楽しい食育活動に
頑張っていきます。
どうぞよろしくお願いいたします。



With コロナの給食時間について

1 衛生について

手洗い、消毒は、衛生の基本として継続していきます。また、机・給食台の消毒も継続していきます。子供たちには、毎日、ハンカチ・はしセット・ランチョンマット・おしぼりを忘れずに持たせてください。

2 給食当番について

本校では、コロナ禍以前から、給食当番はマスクを付けて行っていました。今後も、給食当番はマスク着用で行っていきます。

3 給食時間

机を合わせてグループにして食べることは、もう少し状況を見てから解禁にする予定です。黙食は解除し、静かに会話をしながら食べる楽しい時間にしてほしいと思います。

安全・安心な給食のために、
御協力をよろしくお願いします。

<家庭へのお願い>

1. 給食セットは毎日忘れずに持たせてください。

①はしセット

* 割り箸ではないものを持たせてください。

* 忘れたときは、学校から割り箸を用意します。

②ランチョンマット(忘れずに持たせてください)

* 汚したときや忘れたときは、学校からお貸しします。

* 返すときは、洗ってアイロンをかけて返却してください。

③ おしぼり

* くだものなどで手が汚れたときに使用します。

2. 給食当番について

① 給食当番用は、**マスク**を付けてします。当番に当たった時は、マスクの持参をお願いします。

② 給食当番に当たったときは、週末に白衣を持ち帰ります。洗濯とアイロンがけをお願いします。

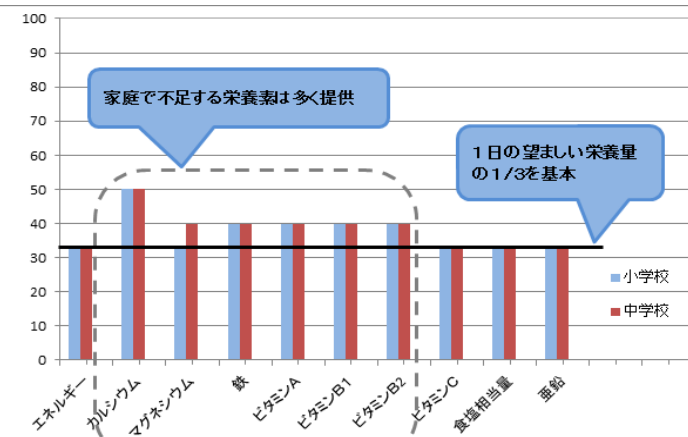
* **給食着は、紛失しないように、御注意願います。**

3. 長期で欠席するとき

入院などで長期間欠席するときは、その分の給食費の返金対象になります。所定の用紙で届けを出してから3日後より停止扱いになり、給食実施日連続7日以上での停止で返金対象となります。

成長期に必要な栄養をバックアップ！ 偏食せず、残さず食べることが肝心。

仙台市では、文部科学省の学校給食摂取基準と同じ基準量を使用し、1日に必要な栄養量の1/3が摂れるような基準になっています。ただし、児童の健康増進を図るために、家庭で不足しがちな栄養素については1/3よりも高い基準になっています。好き嫌いせずしっかり食べることで、健康な体作りができることを理解し、残さず食べることが大切であることを、お子さんにお話してください。



1日の望ましい栄養量における学校給食の栄養量の割合

単独調理校（市内に12校しかない貴重な自校炊飯校） の特色を生かし、魅力ある給食を目指します。

- 旬の食材や地域の食材を積極的に使用し、季節感を感じられるバラエティーに富んだ献立を取り入れます。
- 温かい物は温かく、冷たい物は冷たいうちに食べてもらえるように、調理時間や運搬時間を調整して作ります。
- 伝統的な行事食、全国の郷土料理、学校行事に合わせた献立、世界の料理やリクエスト献立など、楽しみのある献立を工夫して取り入れていく予定です。

* 学校のHPでも、給食の写真や給食室の様子などを載せていく予定です。是非御覧ください。

これが学校給食だ！

給食の時間は「食育の時間」

学校給食は、単なる学校でのランチではありません。成長期に必要な栄養がしっかり摂れるような栄養バランスを考えた献立であることはもちろん、給食を通して食について学習することを目的として実施されています。

また、皆で一緒に楽しく「食べる」体験を通して、好ましい人間関係を育てる場でもあります。子供たちの心が和み、学校生活の中での楽しみとなる給食時間を目指します。

学校給食米は、 宮城県産 「ひとめぼれ」

自校炊飯の特色を生かし、様々な「変わりご飯」ができるのも川前小学校給食の特色です。米は、1週間分ずつ精米したてのものが納品されます。



給食の食材は安全・安心！

給食に使用する食品は、「仙台市食品規格」の基準に基づき購入しています。また受け入れの際には、品質・品温・鮮度・賞味期限・産地・包装状態・異物混入の有無等を確認し安全と判断したものを使用しています。

また、地産地消の観点から、できる限り国産品や地域でとれた食材を使用し、地域の産物に関心を高める工夫をしています。

学校給食は、
主食+おかず+牛乳
で完全給食となっており、
学校給食法で定められています。

牛乳は成長期に欠かせない！

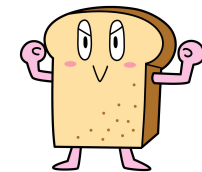
小学校の6年間は、体の成長にとってとても大切な時期です。特に、骨の成長は重要で、この時期にしっかりとカルシウムを摂って密度の高い骨を作ることが、重要になります。

日本人は、他国の人と比べてカルシウムが不足しがちであるといわれています。学校給食では、成長期の子供たちのカルシウム不足を補うために昭和45年から牛乳を出しています。給食で牛乳を飲むことによって、1日に必要なカルシウム量の半分が摂れることになります。（体質によって牛乳が飲めない人は、小魚や青菜、大豆製品などからカルシウムを摂りましょう）

パンは週1回水曜日です。 名取市愛島の工場で作っています。

パンは基本パン（食パン・コッペパン・丸パン）のほか、米粉パン・バターロールなどの加工パンがあります。米粉は宮城県産ひとめぼれです。麺類のときは小さめのパンになります。

子供たちに大人気の「揚げパン」は、購入したパンを学校の給食室で揚げて砂糖などをまぶして作っています。



今年度から
チョコレートパン
復活！

