



4月食育だより

令和6年4月
南砺市立井波中学校



ご入学・ご進級おめでとうございます。中学校時代は、体と心がぐんと成長し大人へと近づく時期です。食生活に関しても、自ら考え、自分で選ぶことができるように準備を進めていかなければなりません。学校給食では、そんな大切な時期のみなさんをサポートしていきます。

学校給食は、ただ空腹を満たせばいいというものではありません。給食を通して、正しい栄養のバランス、配膳の仕方、食事のマナー等、いろいろなことを身に付けましょう。

学校給食とは








学校給食について



「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせるための教材としての役割も担っています。

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p> 	<p>2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。</p> 	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p> 
<p>4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p> 	<p>5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</p> 	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p> 
<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p> 		

栄養管理と献立作成

栄養

「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、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等、家庭での食事でも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様々な食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理などバラエティーに富んだ献立（南砺市学校給食の統一献立）を実施します。

おうちの方へ お知らせとお願い

- 給食費について
(全額食材費に充てられます)
月額 6,800円 1食 360円
※8月は集金なし。3月は調整額。
- 給食当番衣について

衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき、衛生管理の徹底に努めています。

<p>調理員は健康チェックをし、身だしなみを整えています。</p> 	<p>野菜・果物は流水で3回以上洗います。</p>  <p>※食材に異物混入がないかもチェックします。</p>	<p>生で食べるミニトマトや果物を除き、全て加熱します。</p>  <p>※加熱した食品は、中心温度を測定します。</p>	<p>調理後2時間以内に喫食できるよう、時間を考えて調理します。</p> 
---	--	---	--

給食当番は当番衣を最終日に持ち帰ります。次に使うお子さんが気持ちよく着られるよう、洗濯をして次の登校時に持たせてください。

がっ こう きゅうしょく
学校給食とは



がっ こう きゅう しょく
学校給食について

