

4月給食だより

令和7年4月（第1号）
羽村・瑞穂地区学校給食センター

いよいよ新年度がスタートします。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思っております。一年間よろしくお願いいたします。



学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。

学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」
第二条より
抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取
による健康の保持増進。

2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力やのぞ望ましい食習慣を養う。

3 明るい社会性と協同の精神を養う。

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。

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。

6 伝統的な食文化を理解する。

7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

★学校給食の栄養について

学校給食摂取基準では、児童・生徒が一日に必要な栄養素のおよそ1/3、また、家庭で不足しがちなカルシウム等は1/2を摂れるように設定されています。

児童・生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準

	小学校			中学校
	1・2年	3・4年	5・6年	
エネルギー(kcal)	530	650	780	830
たんぱく質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13～20%			
脂質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20～30%			
ナトリウム(食塩相当量)(g)	1.5未満	2未満	2未満	2.5未満
カルシウム(mg)	290	350	360	450

★給食の内容について

主食（ごはん・パン・麺）と牛乳、おかずがそろった「完全給食」を実施しています。

米飯給食を中心に、週に1回程度パンを出しています。

また、月1～2回程度、うどんやスパゲッティなどを出しています。



牛乳には、成長期の児童・生徒にとって欠かすことのできないカルシウムやたんぱく質などが豊富に含まれています。ご家庭でも牛乳を飲む習慣をつけましょう。



おかずは汁物、煮物、炒め物、揚げ物、焼き物、ゆで野菜、果物などがあります。

日本の伝統的な食文化や食生活を考慮し、豆製品や乾物なども積極的に取り入れています。

★使用食材について



- ・野菜、果物、肉類は原則として国産のもの、それ以外の食品もできる限り国産のものを使用しています。
- ・羽村市と瑞穂町の農家の方々が生産した野菜を使用しています。
- ・給食センターでは、食物アレルギーの事故を防ぐ等の理由から、「そば・ピーナッツ・キウイフルーツ・牛肉」を使用していません。



給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出る場合があります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。



☆☆学校給食センターでは調理員等を募集しています☆☆

【勤務内容】

- ①調理員 …給食の調理作業等（要調理師免許）
- ②調理補助 …給食調理場での補助作業全般

【勤務時間】

- ① 8:00～16:00
- ② 8:30～11:30

【勤務日】

月～金（祝日を除く）※学校の長期休業期間は休みとなります

【問合せ先】

羽村・瑞穂地区学校給食センター
電話：042-554-2084



学校給食で使用する主な食材の産地を、公式サイトにてお知らせしています。
詳しくは、給食センターの公式サイトをご覧ください。
羽村・瑞穂地区学校給食センター <http://www.kyushoku.or.jp>

