

給食だより

2016
4月

三島市教育研究会
学校給食班

家の人と読んでください

4月の栄養目標 『食べ物の働きについて知ろう』



●学校給食の目的●

学校給食に関する法律（学校給食法）が平成21年4月1日に改正されたことに伴い学校給食の目的も食育の観点から見直されました。

食の重要性・心身の健康・食品を選ぶ力・感謝の心・社会性・食文化を柱に次の7つの項目を目的に実施します。

- ・適切な栄養摂取による健康の保持増進を図る。
- ・日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養う。
- ・学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養う。
- ・食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養う。
- ・食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養う。
- ・我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深める。
- ・食料の生産、流通及び消費について正しい理解に導く。

● 個別相談 ●

偏食、過食、少食、食物アレルギーなど食生活全般に関することで、ご家庭からの希望により個別相談を致します。一緒に考えていきましょう。



給食運営について

給食費 主食・牛乳・おかずで一人一食当たり265円の予算です。

給食費はすべて食材料費に当てます。

給食回数 4月8日から 7月25日 今年度は 192回を
9月1日から12月21日 192回を
1月6日から 3月16日 予定しています。

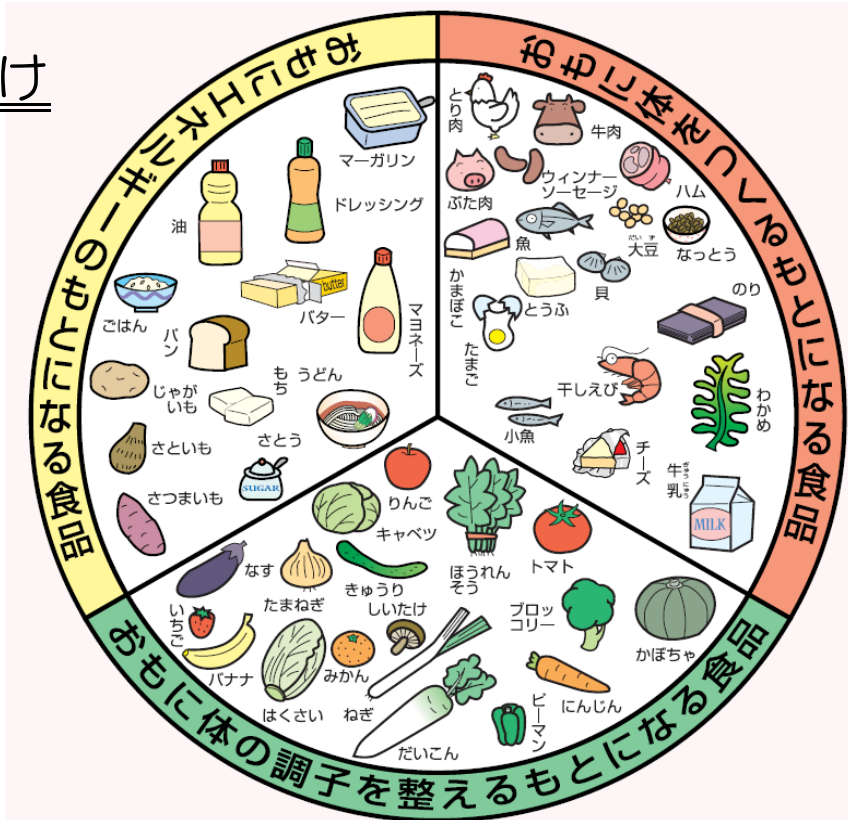
給食停止による給食費の返金

- ・長期欠席（入院・インフルエンザ等）するときは、給食を停止することができます。保護者からの申し出があった翌々日から、連続5日以上停止した場合、停止回数に応じて給食費の返金をします。
- ・出席の停止を学級担任に申し出るときにあわせて給食停止の申し出もお願い致します。
(申し出のない場合は食材料を注文済みのため、返金対象にはなりません。)

3つのグループ分け

学校給食では生涯にわたって、健康に生きる上で、食物の果たす役割や、食品の栄養素の働きによって、赤・黄・緑の3つのグループに分けています。

毎月の献立予定表もこの3つのグループ分けで材料を分類して載せています。

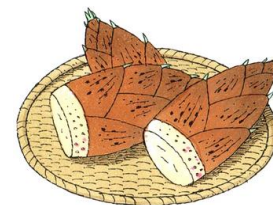


●●● 献立紹介 たけのご飯 ●●●

- 〈材料 4人分〉
- だし汁 1/2カップ
 - 酒 大さじ1
 - しょうゆ 大さじ1
 - 塩 小さじ1/2
 - にんじん 10g
 - 干しいたけ 5g
 - 油揚げ 30g
 - ゆでたけのこ 140g
 - 米 2合
 - 麦 お好みで

〈作り方〉

- ① 米と麦を洗いざるにあげる。
- ② 椎茸を水にもどす。
- ③ 具と調味料を合わせ、米をいれ炊き上げる。



旬の食材「絹さや」をゆでて、斜め切りにし、散らすと彩りが豊かになります。