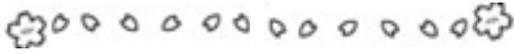


給食だより 4月号



大和市イベントキャラクター「ヤマトン」

令和4年4月13日
大和市立林間小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます。

4月号では、大和市の学校給食について紹介します。

学校給食の7つの目標

学校給食は、次のことを目標にしています。



適切な栄養をとり、
健康に保つ



食事のマナーや望ましい
食習慣を身につける



明るく好ましい
友達関係を育てる

食材が自然の恩恵に
よることを理解する



勤労を重んじ、感謝する
気持ちを養う



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く理解する



心がけていること

1. 食材にこだわっています

大和市独自の品質基準をもうけ、物資選定委員会を通じて添加物の少ない食材を選ぶようにしています。また、原則として国内産のもの・遺伝子組み換えがされていないものを使用します。

2. 素材の味を活かした手作り給食を心がけています

化学調味料は極力使用せず、豚骨やかつお節・昆布などを利用してだしをとり、素材の味を活かした調理を心がけています。カレーやシチューのルーも手作りです。食中毒発生が比較的少ない冬場（11～3月）はハンバーグや餃子、しゅうまい、コロッケなども手作りです。

夏の時期は食材料・調味料の内容を指定し、業者に製造依頼しています。

3. 魅力的な献立づくりをめざしています

児童・生徒の嗜好に配慮した新献立や、日本の伝統的な行事食・郷土食を積極的にとり入れ、楽しく・おいしい給食づくりをめざしています。

4. 衛生管理に十分気をつけています

大和市独自の基準をもうけ、安全で衛生的な調理を行っています。

作り手がわかり
新鮮で安心な
市内産野菜類を
取り入れるため、
**生産者に協力依
頼**しています。



給食回数は
**年間
191回**



米飯は**週4回**
ご飯に合う献立を
増やしています。

大和市の学校給食における食物アレルギー対応について

大和市の学校給食で使用する食材は、コンタミネーションの有無まで把握できません。使用する食材の詳細はホームページをご覧ください ⇒



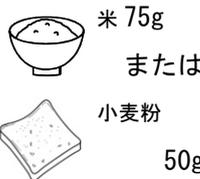
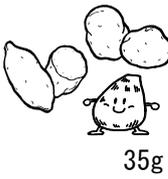
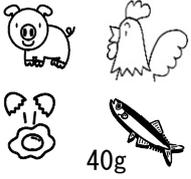
栄養価と献立について

様々な基準・目安のもとに、献立をつくっています

★学校給食摂取基準（文部科学省基準） 令和3年4月改正

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (%)	脂質 (%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	ビタミンA(レチノール 当量)(μg)	ビタミン B1 (mg)	ビタミン B2 (mg)	ビタミン C (mg)	塩分 (g)	食物繊維 (g)
650	エネルギーの 13~20	エネルギーの 20~30	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	2 未満	4.5 以上

★食品構成：必要な栄養量を満たすためにどの食品をどれだけとったらよいかの目安を示したもの

ごはん・パン	牛乳	いも類	動物性食品	豆類	野菜・果物	乳製品
 米 75g または 小麦粉 50g	 1パック (206g)	 35g	 40g	 大豆 25粒 または とうふ 14g	 115g	 チーズなど 3.5g

カルシウムは1日の必要量の1/2以上、エネルギー・たんぱく質・鉄・ビタミンは1/3以上とれるように心がけています。

ご家庭へのお願い

早ね早おき朝ごはん、朝かお洗い、朝うんち

授業中、トイレに行きたくなくてムズムズしないように



少し早く起きて朝の良いリズムを身につけましょう

牛乳を飲む習慣を

成長期に欠かせないカルシウムと、良質のたんぱく質が豊富に含まれます

一日の目安量 400ml
給食で1パック(200ml)
家でコップ1杯(約200ml)



野菜や豆料理を積極的に取り入れて

鉄分・食物繊維も豊富に含まれているよ



献立表を見て、夕食と重ならないように

いろいろな食品を使いましょう



きれいな給食用ナフキン・マスクを用意



清潔なものを使おう

給食当番の白衣は家庭で洗濯

みんなが使うものなので、きれいに洗い、アイロンをかけて次の人へ



給食費について

子どもたちにおいしい給食を作るための食材費です。期日を守ってお支払いください。

給食費は、学校給食法第11条に基づき、市では給食食材費を保護者に負担していただいています。

【金額】1年間に必要な給食食材費を11ヵ月(8月は9月に含める)で割った金額(4,260円)が毎月の給食費です。7月や12月・3月のように給食回数の少ない月でも毎月同じ金額です。

※ただし1年生の4月分の給食費は1,715円です。

【返金】長期欠席(土日を除いて連続4日以上)で給食を食べない場合は、家庭より担任に前もって給食停止の連絡の申し出があった時のみ、給食費の一部を返金します。

担任に事前に連絡してください(給食物資のキャンセルに3日間を要するため)。

【第3子以降学校給食費の補助金】

市では、市立小中学校などに同時に3人以上在籍する児童生徒の第3子以降の学校給食費(実費)を助成しております。所得要件などがありますので、詳しくは大和市のホームページをご確認ください。⇒

