

# 給食だより 4月号

令和5年4月14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。子どもたちの健やかな成長を願い、毎日を元気に過ごせるように今年度も安全で美味しい給食を作っていきたい思います。

学校給食は、学習指導要領の中で学級活動として位置づけられており、成長期の健康を維持することはもちろんですが、毎日の給食を生きた教材として活用しています。

今回は、大和市の学校給食についてご紹介いたします。

## 学校給食の目標



明るく好ましい友達関係を育てる

適切な栄養をとり、健康に保つ

食文化についての理解を深める

食事のマナーや望ましい食習慣を身につける

食生活が自然の恩恵によることを理解する



食料の生産、流通及び消費について正しく理解する

勤労を重んじ、感謝する気持ちを養う



## ～ 大和市の給食で心がけていること ～

大和市イベントキャラクター  
ヤマトン



### 1:こだわりの食材

大和市独自の品質基準をもうけ、添加物の少ない食材を選ぶようにしています。

(原則として、国内産・遺伝子組み換えがされていないものを使用)

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**。

### 2:素材の味を活かした手作り給食

化学調味料はできるだけ使用しません。

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。

細菌性食中毒発生が比較的少ない冬場(11~3月)はハンバーグやコロケ・しゅうまいなども手作り。夏の時期は食材料の内容を指定し、業者に製造依頼。

### 3:魅力的な献立づくり

子どもの嗜好に配慮し、積極的に季節の食品を使用。

行事食・郷土料理・世界の料理・新献立などを取り入れています。

米飯は**週4回**

ご飯に合う献立を増やしています。

給食回数は

**年間 191 回**

### 4:衛生管理に配慮

学校給食衛生管理基準(文部科学省)、大量調理施設衛生管理マニュアル(厚生労働省)をもとに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。

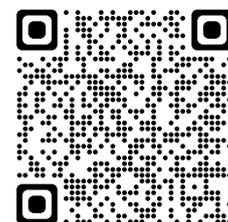
子どもたちの**希望献立**も提供



### 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 ～

## ★学校給食摂取基準(文部科学省基準)

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

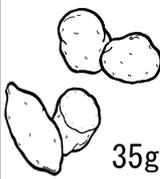
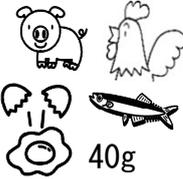


1日に必要な栄養のうち、どのくらいがとれるの？

基本的には、  
1日に必要な栄養量の1/3以上ですが・・・  
**不足しがちなカルシウムは1/2以上**  
とれるように心がけています。



## ★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量

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	 牛乳 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

# ～ 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：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・良質のたんぱく質が豊富に含まれます。  
1日の目安量 400ml (給食で1パック、家でコップ1杯)
- ◆野菜や豆料理を積極的に取り入れて：体の調子を整えます。
- ◆献立表を見て、夕食と重ならないように：色々な食品を使いましょう。
- ◆きれいな給食用ナフキン・マスクの用意
- ◆給食当番の白衣は家庭で洗濯・アイロンを：みんなが使うものです。ご協力をお願いいたします。



# ～ 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に、前もって申し出があったときのみ給食費の一部を返金します。担任に欠席と同時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)を全額助成しております。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。 ⇒

