

# 給食試食会



平成24年7月11日(水)

弥富市立大藤小学校

## 本日のメニュー

- ・ ごはん
- ・ 牛乳
- ・ はるまき
- ・ キムチスープ
- ・ チンゲンサイの中華あえ
- ・ 牛乳添加物(コーヒー味)

## 「食育の日」給食

### “愛知の食べ物・地元の野菜を食べよう”

毎月19日は、「食育の日」です。今年度の大藤小学校の給食は、この日に、愛知県の食べ物や地元の野菜を使った給食に出します。

給食では、JA あいち海部やM式水耕研究所、弥富市シルバー人材センターより地元の野菜を購入しています。7月は、JA あいち海部よりなす、じゃがいも、ピーマン、トマトを、M式水耕研究所よりみつばを、弥富市シルバー人材センターより小松菜、モロヘイヤを購入しています。

## 学校給食のはじまり

わが国の学校給食は、明治のなかば、貧困な子どもたちを救おうとするところからはじまりました。戦後、児童・生徒の栄養補給を目的として再開されました。

その後、子どもたちの心身の健全な発達に教育上の役割が認められ、教育活動の一環として、学校給食は定着しました。

# 学校給食のねらい

「学校給食法」により定められています。

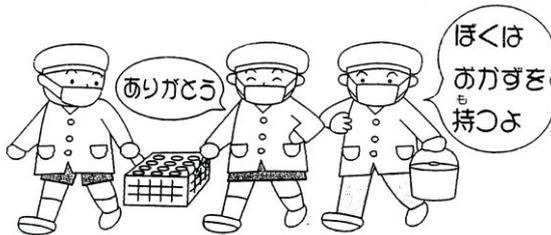
① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



② 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こと。



③ 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こと。



④ 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こと。



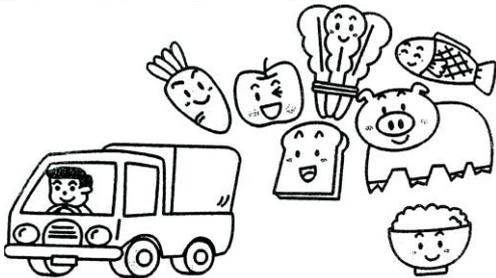
⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについて理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。



⑥ わ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こと。



⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



## 学校給食の内容

大藤小学校の給食室で給食を作っています。

給食費は一食当たり、250 円。毎月、4,300 円集金し、3 月に精算を行います。

### 主食（業者委託）

#### ☆ 米飯（週 3 回以上）

白飯・麦飯・赤飯・わかめご飯・五目ご飯・発芽玄米ごはん・枝豆ごはん・愛知のさつま芋ごはんなどがあります。アルファ化米を使用したピラフや炊き込みごはんを給食室で作ることもあります。

#### ☆ パン（週 1 回実施）

スライスパン・ミルクロール・バターロール・クロロール・レーズンロール・サンドイッチロール・サンドイッチバンズ・小型ロール・クロスロール・カボチャロール・クロワッサン、ソフトフランスパン、りんごパン、ツイストロール、あいちの米粉パン 50、米粉パンなど 16 種類あります。

#### ☆ めん（月 1～2 回実施）

ソフトめん（正式な名称は「ソフトスパゲッティ式めん」と白玉うどん、中華め

### 牛乳（業者委託）

乳牛から搾ったままの牛乳を殺菌し、均一になるように処理をして、瓶に詰めたものです。一本 200 cc です。

### 副食

調理員さん 4 人で作っています。主食、牛乳でとれない栄養がすべて含まれています。



食器は、メラミン製ものを、献立に合わせて 3 種類使用しています。この他に、はしとスプーン、フォーク、トレイを使用しています。

## 学校給食の栄養

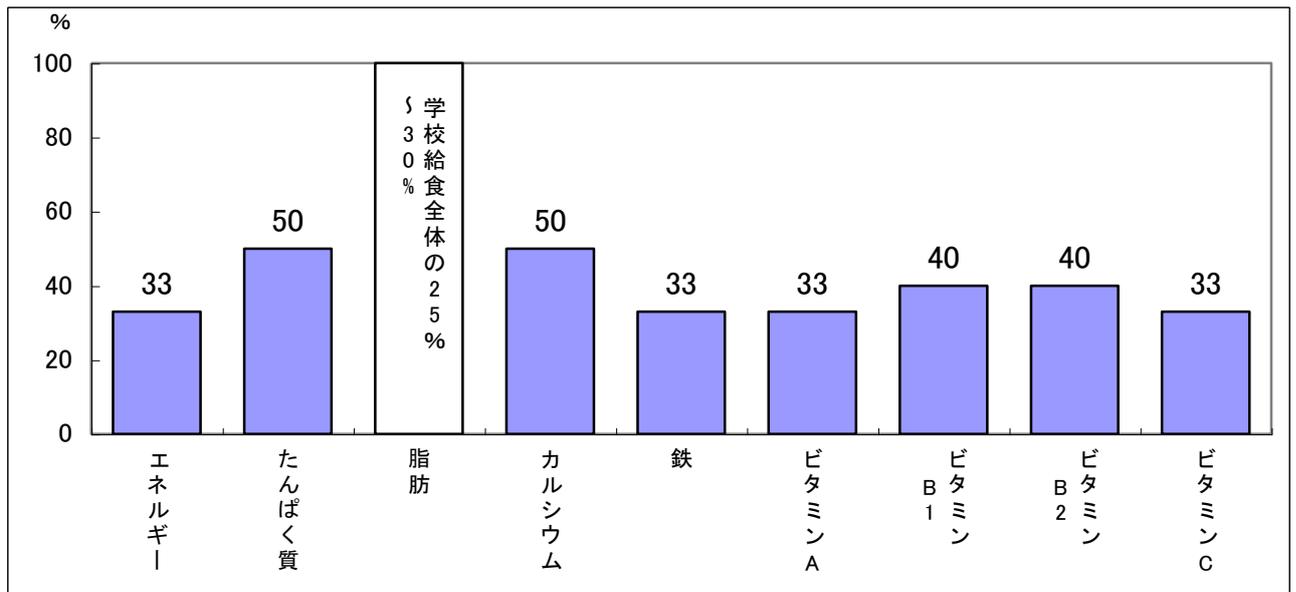
愛知県では「学校給食摂取基準」を、厚生労働省が示す「日本人の食事摂取基準」を基本に学校給食及び児童生徒の家庭における食事内容等を考慮して設定しています。

子供たちが1日に必要な栄養量のおよそ1/3をとるようになっています。

### 児童1人1回当たりの学校給食摂取基準

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	ナトリウム (食塩相当量) (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン				食物繊維 (g)
							A ( $\mu$ gRE)	B <sub>1</sub> (mg)	B <sub>2</sub> (mg)	C (mg)	
低学年	560	16	アレルギー全体の25%～30% 学校給食による摂取エネルギー	2未満	300	3.0	130	0.40	0.40	20	5.5
中学年	660	20		2.5未満	350	3.0	140	0.40	0.50	23	6.0
高学年	770	25		3未満	400	4.0	170	0.50	0.50	26	6.5

### 1日に必要な栄養量に対する学校給食の割合 (%)

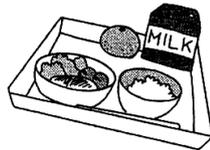


## 献立作成について

献立作成にあたって、次の点に留意して原案をつくっています。

1. 手作りを心がけています。

加工食品はなるべく  
さけ、手作りを大切  
にしています。



2. 季節の味をとりいれています。

季節の味覚を十分  
とりいれるように、  
工夫しています。



3. 食品の安全性にも注意しています。

不必要な食品添加物が  
含まれると思われるもの  
は、使用しないようにし  
ています。



4. 栄養のバランスを考えています。

栄養のバランスととも  
に、児童に食べてほしい  
もの、また好みも考えて  
います。



※ 献立は、市内の5人の栄養教諭・学校栄養職員が原案を作成し、給食主任、栄養教諭・学校栄養職員で構成する協議会で検討して決定します。

## ♡♡おうちのかたへのお願い♡♡

・献立表を見て下さい。

今日何を食べたか、お子さんと話してみして下さい。

・食事のマナー

はしの持ち方、姿勢、食べ方など、基本的なマナーを普段から心がけて下さい。

・お手伝いをさせて下さい。

給食当番があります。盛り付け方、清潔感を身につけさせて下さい。

・食べることに集中させて下さい。

会食時間は、15～20分くらいです。遊びながらダラダラ食べないで、食べることに集中させましょう。

・食べ物を大切にさせて下さい。

食べ物は口に入るまでに、多くの人の手がかかっています。感謝の気持ちを持たせると同時に、残さないように食べさせて下さい。

