

給食だより

令和3年度 **4月**

舞鶴市立福井小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。元気いっぱいの新入生を迎え、新学期が始まりました。

学校給食は子どもたちが栄養バランスのとれた食事を学級の仲間や先生と一緒に食べ、そのふれあいの中で心を豊かにし、体の健康を育てていきます。さらに給食を生きた教材として、健康的に過ごすためのよい食べ方やマナー、協力の大切さや感謝の心を育む食育が進められます。

今年度も安全で安心、そしておいしい給食を目指してまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

学校給食の7つの目標

学校給食は、教育活動の一環として行われています。
食育の観点を踏まえ、7つの目標が定められ、実施されています。

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 
<p>④食生活が自然の恩恵の上にな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こと。</p> 	<p>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の理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥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こと。</p> 
<p>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。</p> 		<p>(学校給食法より)</p> 

学校給食の栄養

栄養素ごとに1日に必要とされる量の 33~40%をとれるようにしています。またなかなかとりにくいカルシウムは、50%、とりすぎが心配される食塩については1日の目標量の1/3未満になるように考えています。

≪学校給食摂取基準 中学年≫ 令和3年4月1日から学校給食摂取基準が変更となりました。

エネルギー (Kcal)	たんぱく質	脂質	食塩 相当量 (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 <目標値> (mg)	ビタミン				食物繊維 (g)
								A (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	
650	エネルギー全体の 13~20% (21~33g)	エネルギー全体の 20~30% (15~22g)	2未満	350	50	3	2	200	0.4	0.4	25	4.5以上

* 毎日の給食 *



主食・・・低・中・高学年で量が違います。

ご飯・・・週3回で白ご飯・麦ご飯・混ぜご飯の日があります。

舞鶴産コシヒカリを使用しています。

パン・・・週2回で普通のパンの日と、黒糖パン・味付けパン・ミルクパン・国産小麦パン(11月、12月、1月は全粒粉パン)の日があります。うどんなど麺類の献立の時は小型パンになります。

おかず・・・魚・肉・豆腐・豆類・野菜などを、煮物・焼き物・炒め物・揚げ物・汁物・和え物とさまざまな調理法で調理します。おかずのほかに果物やデザートをつく日もあります。

(舞鶴産の魚介類・野菜を取り入れ、子どもたちに「地産地消」の良さを伝えています。)

牛乳・・・200 ccのパックの牛乳が毎日つきます。南丹市で製造された牛乳です。

コロナウイルス感染症対策として、給食時間前の空気の入替え(換気)をする・全員がせっけんでしっかり手洗いを行う・配膳中は給食当番以外もマスクをつけ大声をださない・全員前を向いてしゃべらずに食べるなどを徹底して行っております。

* 給食時間 *

12時15分から12時55分の40分間です。準備に20分、食事に20分が目安です。

* 給食費 *

給食費は、給食の食材、パンの包装、洗剤などの支払いに使われます。1食245円です。

4月～2月の11か月間集金し、1か月は4100円集金します。2月を精算月とし、修学旅行、社会見学、病気による入院等で給食を停止した回数により給食費が異なります。

気象警報発令による休校は返金となりません。インフルエンザなどによる学級閉鎖も主食(ご飯・パン)が停止できた日から返金対象となります。

* 欠席について *

病気、その他の理由で長期欠席が分かっている場合は給食を停止しますので連絡してください。

欠席者の給食は食中毒予防の面からご家庭に届けられないことになっていますのでご理解ください。

* 給食の持ち物について *

おはし、コップ、はぶらし、ハンカチ、マスク等は毎日洗って清潔なものを持たせてください。

それぞれに名前の記入もお願いします。

* 給食当番の白衣について *

給食当番の白衣、ぼうし、給食袋はその週末、家庭に持ち帰ります。

洗濯をして翌週の始めの日に持たせてください。お手数ですが、

衛生のためのアイロンがけもお願いします。白衣のホックのはずれなどの修繕もお願いします。

