

給食だより

平成27年度 4月号
西能美学校給食共同調理場

桜も咲き誇り、いよいよ春がやってきました。新年度のスタートです。
新しい学校・学年、新しいお友達。子どもたちはたくさんの希望、そして
ちょっぴりの不安で胸をふくらませているでしょう。
今年度から給食のパンは大柿町にあるモンマルトルでつくっていただいています。
今年度も西能美学校給食共同調理場一同、力を合わせておいしくて安全な給食を
お届けしますので、よろしくお願いします！

4月のたべもの



★ひとくちだよりから★ ~3月分~

- 3/2 (月) ・ごはん1つぶ1つぶにこしがあった。【能美中1-1】
・たけのこがサクサクしておいしかったです。また教えてください。【鹿川小5年】
- 3/3 (火) 今日ひな祭りを家でやると思うから楽しみです。【能美中1-2】
- 3/4 (水) ・最後の給食とてもおいしかったです。【三高中3-A】
・あげパンがおいしかった…食べにくかったです。【能美中2-2】1年分のあげパンでした。
- 3/5 (木) ぶた肉のしょうがいためが最高でした。この世のものとは思えないほどおいしかったです。また教えてください！【三高小6年】野菜はものをしっかりたべろ... ずばり!!
- 3/11 (水) 野菜が苦手だったけどがんばって食べました。【三高小4年】
- 3/12 (木) 次の給食もキーマカレーできーまり！おいしかったです。【三高中2-A】
- 3/18 (水) ツナとコーンのスパゲティが一番おいしかったです。今度もつくってください！【鹿川4年】
- 3/25 (水) ドーカンさんのパンがおいしかったです。今日でドーカンさんのパンはおわりだからさみしいです。4月もたのしみです。【三高小2年】
モンマルトルのパンの味ですわ...

今年度もひとくちだよりでさまざまな感想をお待ちしています！



学校給食について知ろう！

区分	基準値			
	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学生
エネルギー(kcal)	530	640	750	820
たんぱく質(g)	20	24	28	30
範囲	16~26	18~32	22~38	25~40
脂質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体の25~30%			
ナトリウム(食塩相当量)(g)	2未満	2.5未満	2.5未満	3未満
カルシウム(mg)	300	350	400	450
鉄(mg)	2	3	4	4
ビタミンA(μgRE)	150	170	200	300
ビタミンB1(mg)	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミンB2(mg)	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンC(mg)	20	20	25	35
食物繊維(g)	4	5	6	6.5

(文部科学省告示第十号：平成25年1月30日改正，平成25年4月1日施行)

学校給食では、児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準に基づいて栄養管理を行っています。発達段階に合わせ、主食の量、主菜や副菜の量を調整しています。

~学校給食にはこんな目標があります~

- 適切な栄養摂取による健康の保持増進を図ること。
- 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。
- 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。
- 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こと。
- 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。
- 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。
- 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。



おいしさや健康だけでなく、給食や食べることを通じてこのようなことを身につけてほしいと思います。