

給食だより

柳沢小学校

栄養士 芦野 知子

NO. 1 28. 4. 15

新年度を迎え、8日（金）から給食がスタートしました。1年生の給食は、18日（月）からスタートします。今年度も安心安全でおいしい給食作りのため、一生懸命努めていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

今年度も保護者対象の給食試食会の開催を予定しています。6年生の移動教室期間中の10月13日（木）に行う予定です。試食会は、食器等の関係で、食数が少なくなる日に実施しています。試食会の詳細については、後日再度お知らせいたします。

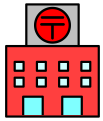
昨年度と同様に、毎月の献立表や給食だよりを通して、保護者の皆様と子供たちに、学校給食の様子や食生活に関わる話題を提供していきたいと思っております。

どうぞよろしくお願いいたします。

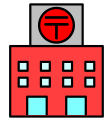


ご家庭へのお願い

- ◎ 毎日きれいなハンカチを持たせてください。
- ◎ 食事の前に石けんで手を洗う習慣をつけてください。
- ◎ 朝食は、必ず食べてから登校させてください。
- ◎ 給食当番になる週は、必ずマスクを持たせてください。
(髪の毛の長い子はヘアゴムも持ってきてください。)
- ◎ 給食当番になった週は、白衣・帽子・袋を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯をお願いいたします。その際、ほつれた部分の補修やボタンつけ、ゴム入れなどにもご協力いただけますようお願いいたします。



給食費と口座振替について



今年度の給食費

1年生は4月の給食回数が少ないため、2年生と5月以降の月額と同じですが、4月分の給食費の値段が変わります。また、4月は調整月のため、5月以降の月額と値段が異なります。ご確認ください。

学 年	5月以降の月額	4月分のみ	備 考
1年生	4,370円	2,782円	※振替の際には、毎回手数料として10円かかります。
2年生	4,370円	4,306円	
3・4年	4,640円	4,630円	
5・6年	4,900円	4,865円	

※詳しくは「平成28年度 学校給食費のお知らせ」をご参照ください。

口座振替の開始は5月から



毎月確認してください!

振替日は毎月10日で、再振替日は27日です。曜日によって、振替日が翌日となります。入金は前日までをお願いします。

平成28年度 ゆうちょ銀行引き落とし日予定表

月	1回目	再振替	振替月数	備考
5	5月10日(火)	5月27日(金)	2ヶ月分	4・5月分
6	6月10日(金)	6月27日(月)	1ヶ月分	
7	7月11日(月)	7月27日(水)	1ヶ月分	
8	8月10日(水)	8月29日(月)	1ヶ月分	3月分
9	9月12日(月)	9月27日(火)	1ヶ月分	社会科見学等の 返金は、原則翌月 精算とし、月額から 差し引かせていた だき、精算します。 返金等が生じた場合は、 徴収額が変更になります。
10	10月11日(火)	10月27日(木)	1ヶ月分	
11	11月10日(木)	11月28日(月)	1ヶ月分	
12	12月12日(月)	12月27日(火)	1ヶ月分	
1	1月10日(火)	1月27日(金)	1ヶ月分	
2	2月10日(金)	2月27日(月)	1ヶ月分	

※未納になった場合は、後日保護者宛てにお知らせのお手紙を出します。

今日の給食は何かな？

給食の献立表は、毎月末日に翌月分を家庭数で配布しています。献立表の裏面には、献立や料理についての説明と情報、そして給食費についてのお知らせなどをのせています。

ご家庭では、是非、献立表に目を通していただき、毎日の給食について、食卓の話題にしていただければと思っています。

また、献立表の右側に分類されている「あかのたべもの」「きいろのたべもの」「みどりのたべもの」も参考にしてもらえたらと思います。

献立作成のポイントは



- ① **栄養のバランス**……日頃とりにくい栄養素（カルシウム、鉄、マグネシウム、亜鉛、食物せんい など）を摂取できるように、献立を工夫する。
- ② **食品構成**……食品の種類を多く偏りなく取り入れる。
☆ 子供に嫌われがちな食品も工夫して取り入れるようにしています。
- ③ **予算**（中学年(3・4年)年間平均 1食 270円)……地場農産物や産地直送を取り入れ、安全でおいしい食材を取り入れる。
- ④ **食器**……料理にあった食器や食器具を使用する。
☆ 種類の食器と3種類の食器具から献立に合わせて選択しています。
- ⑤ **調理作業**……作業工程や作業動線を配慮し、設置された施設設備を活用して調理をする。
☆ 調理設備は、回転釜・炊飯器・スチームコンベクションオーブン・真空冷却機です。

柳沢小の給食の内容は



- ① 児童の実態や特色にあわせて、家庭で不足がちな豆・魚・野菜を多く使い、多くとりすぎている肉・油・塩分・糖分などを控えるために使うような献立を作成しています。
- ② 食材料はなるべく国内産のもので、添加物の少ない、より安全な食品を選んで使用しています。
※米は、一部有機米の魚沼産こしひかり等を新潟県の農場から取り寄せています。(5年生の総合的な学習でもお願いしています)
- ③ 手作りを基本とし、汁物のだしは、削り節・昆布・煮干し・ガラなどを煮出して作ります。
- ④ 1週間5回の場合、ごはん3～3.5回、パン0.5～1回、麺0.5～1回を基本に考えます。
※国の標準に近づけるために、ごはんの回数を増やし、パンと麺はやや減らしています。
- ⑤ 行事食、郷土料理、外国料理やセレクトメニュー、リクエストメニューなどを取り入れています。毎学期の最終日には、お楽しみメニューも実施しています。

この他にも、学校行事や学校生活上で配慮したり、食欲をみて配分を考えたり、4・5月は1年生がなるべく盛りつけしやすいようになど、色々なことを考慮して献立を作成しています。

食べ物があふれている今の世の中だからこそ、健康づくりのために自分で考え、食べ物を選ぶことができる子どもたちになってほしいという想いを込めて、献立を作りたいと思います。給食に関してご質問等がありましたら、栄養士 芦野までお尋ねください。