



# 4月給食だより

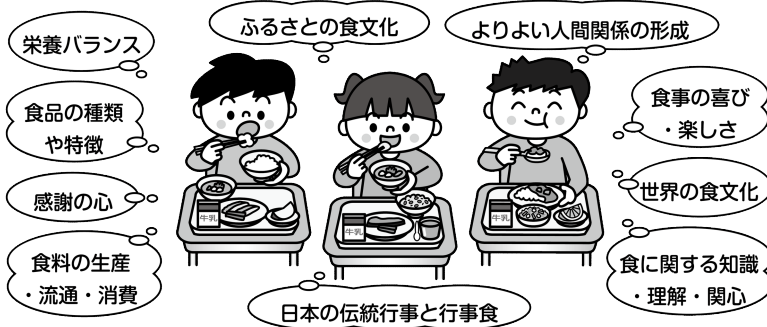
児童数



令和6年4月8日  
西東京市立上向台小学校

新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する様々なことを学ぶ教材となります。今年度も安全でおいしい給食を提供できるように、栄養士と調理業務委託会社「東洋食品」で取り組んでまいります。

## 給食には、たくさんの学びが詰まっています……



## 献立作成のポイント



### (1) 栄養バランス・食品構成

家庭で不足しがちな豆、魚、野菜を多く使用し、肉や油、塩分、糖分などを控えめに使うような献立を作成しています。1週間5回の場合、ごはん3～4回、パン0～1回、麺0～1回を基本に考えます。

### (2) 無添加・手作り・国産

食材はなるべく国産のもので、添加物の少ない食品を使用しています。また食材の持つ自然な味を生かすため、化学調味料を使用せず、汁物のだしは、削り節、昆布、鶏ガラ、豚骨などで煮だして作ります。

### (3) 楽しい給食

日本各地の郷土料理や外国料理、行事食、セレクト給食などのお楽しみ給食を実施します。

## ◆今月の献立から◆

### 9日(火) 進級お祝い献立

かんぴょう、たけのこ、卵などの具材を入れた五目ちらし寿司と、春を知らせる「さわら」を使った焼き魚を作ります。

### 24日(水) カレーライス

豚骨と鶏ガラで取ったスープと手作りのルー、数種類のスパイスを入れて作る上小オリジナルのカレーです。

### 26日(金) たけのこごはん

旬の食材である「たけのこ」を使った炊き込みごはんを作ります。



## 給食の食材について

3月の給食で使用した主な食材の産地

食材	産地	
野菜・果物・芋類・きのこ	玉ねぎ	北海道
	キャベツ	愛知県
	大根	神奈川県
	人参	埼玉県
	もやし	栃木県
	大葉	愛知県
	きゅうり	埼玉県
	生姜	高知県
	にんにく	青森県
	菜の花	千葉県
	ねぎ	青森県・千葉県
	ごぼう	青森県
	舞茸	新潟県
	しめじ・えのき	長野県
	なめこ	山形県
じゃが芋	北海道	
干し椎茸	近畿・四国	
清見・せとか	愛媛県	
肉・魚	豚肉	茨城県・群馬県
	鶏肉	鳥取県・鹿児島県・岩手県
	さわら	神奈川県・静岡県
	ほたて	北海道
米	はまち	愛媛県
	精白米	新潟県・佐賀県

### ★給食費の無償化について

令和6年4月から給食費は、完全無償化となり、公費負担となります。1食単価は、低学年292円、中学年311円、高学年328円となります。令和5年度までの単価に、物価高騰分として15%を上乗せしています。これまで通り、栄養バランスの取れた安全でおいしい給食を提供していきます。