

給食だより



西東京市立谷戸第二小学校
校長 鈴木 優介
栄養士
令和4年4月8日

ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度が始まりました。新しい環境での緊張もあり、知らず知らずのうちにストレスや疲れがたまりやすい時期です。毎日元気に過ごすためにも、規則正しい生活を心がけましょう。今年度も、成長期の子供たちが心も体も元気に学校生活を送れるように、安心・安全で栄養バランスのとれたおいしい給食を作っていきたいと思っております。1年間よろしくお願いいたします。

学校給食について



学校給食とは

「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

栄養管理と献立作成

「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。



衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき、衛生管理の徹底に努めています。

| | | | |
|--------------------------------|---|--|-------------------------------|
| 調理員は健康 チェックをし、身だしなみを整えています。 | 野菜・果物は流水で3回以上洗います。 ※食材に異物混入がないかもチェックします。 | 生で食べるミニトマトや果物を除き、すべて加熱します。 ※加熱した食品は、中心温度を測定します。 | 調理後2時間以内に喫食できるよう、時間を考えて調理します。 |
|--------------------------------|---|--|-------------------------------|

学校給食の目標

※「学校給食法第2条より抜粋・要約

| | | |
|--|---|-----------------------------|
| 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。 | 2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。 | 3 明るい社会性と協同の精神を養う。 |
| 4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。 | 5 食生活が多岐にわたる労働に支えられていることを理解し、感謝する。 | 6 伝統的な食文化を理解する。 |
| | | 7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。 |

新しい生活様式を踏まえた給食時間の約束

| | | |
|--|---------------------------|-----------------------------------|
| 教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。 | 給食の前衛に、せっけんできれいに手を洗いましょう。 | 給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくを終わらせます。 |
| マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしましましょう。 | 姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。 | 食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。 |

給食費について

* 給食費は食材料の購入に充てていますので、未納がないようご協力をお願いします。

| 学年 | 月額 | 5月の引き落とし金額 |
|------|--------------|--------------|
| 1年 | 4,370円 + 10円 | 6,898円 + 10円 |
| 2年 | 4,370円 + 10円 | 8,676円 + 10円 |
| 3・4年 | 4,640円 + 10円 | 9,270円 + 10円 |
| 5・6年 | 4,900円 + 10円 | 9,765円 + 10円 |

* 1回の引き落としにつき、10円の手数料がかかります。

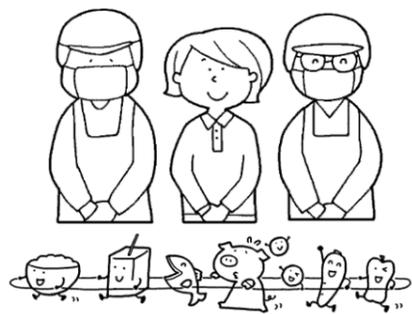
* 第1回目の引き落としは、5月9日(月)です。4・5月分まとめての引き落としとなります。口座へのご入金をお願いいたします。5月の引き落としの際に、口座登録手続きがされていなかったり、入金がなかったりする場合には、6月に合わせて引き落とすこととなります。

こんだて表の活用法

毎月こんだて表を配布します。ご確認ください。



昨年度に引き続き、給食調理はハーベストネクスト株式会社の調理員さんが、献立は栄養士が担当します。新型コロナウイルス感染症への対策は引き続き必要ですが、谷戸二小の子供たちが少しでも楽しく、そしておいしく給食を食べられるよう、心を込めて、安心・安全でおいしい給食作りを励んでまいります。1年間、よろしくお願いいたします。



| 食品名 | 産地名 | 食品名 | 産地名 | 食品名 | 産地名 | 食品名 | 産地名 |
|------|---------|-------|----------|--------|------|--------|-----|
| 米 | 新潟県 | じゃがいも | 北海道 | セロリ | 静岡県 | きゅうり | 群馬県 |
| 豚肉 | 群馬県 | しょうが | 高知県・茨城県 | カリフラワー | 愛知県 | さやいんげん | 沖縄県 |
| 鶏肉 | 岩手県 | にんにく | 青森県 | れんこん | 千葉県 | ピーマン | 茨城県 |
| さけ | ロシア | キャベツ | 西東京市 | ほうれん草 | 西東京市 | 菜花 | 千葉県 |
| さば | 千葉県 | ごぼう | 熊本県 | 小松菜 | 西東京市 | にら | 茨城県 |
| たこ | 北海道 | 長ねぎ | 西東京市・埼玉県 | ブロッコリー | 西東京市 | 小ねぎ | 福岡県 |
| にんじん | 千葉県・徳島県 | 大根 | 千葉県・神奈川県 | 白菜 | 西東京市 | りんご | 青森県 |
| 玉ねぎ | 北海道 | もやし | 栃木県 | 里芋 | 愛媛県 | みかん | 静岡県 |

3月の主な食材料の産地