

給食だより

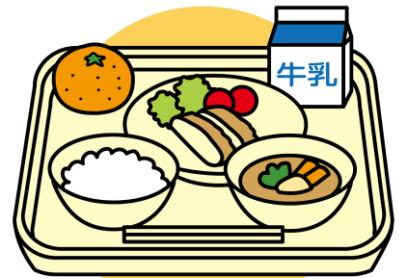


ご入学、ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思います。給食だよりでは、毎月ご家庭にお伝えしたい「食」に関する情報を発信していきます。1年間、よろしくお願いいたします。

学校給食は「食」を学ぶ時間です!



学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子供たちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。中学校でも給食時間を楽しみながら、いろいろと学んでいきましょう!



学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」
第二条より
抜粋・要約



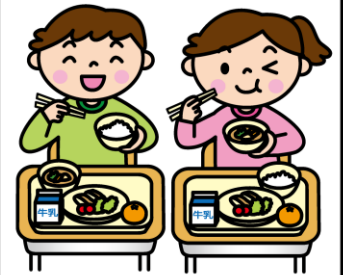
1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。



2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育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 食生活が多くの人の労働に支えられていることを理解し、感謝する。

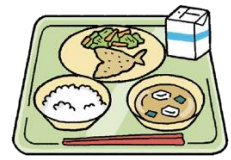


6 伝統的な食文化を理解する。



7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。





❖ひばいが丘中学校の給食について❖

- 🍷 学校給食は、「学校給食摂取基準」及び「学校給食の標準食品構成」に基づいて献立が作成されており、1食で1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。
- 🍷 食材は主に国産のもので、季節ごとに新鮮でおいしい食材を取り入れます。西東京市産の野菜や果物もたくさん使用しています。だしは、さば節や昆布、鶏ガラ、豚骨などから取り、旨味を活かして塩分を控えめにしています。食材の持ち味を生かすため、化学調味料は使用しません。
- 🍷 主食は週4回ご飯で、週1回パンや麺の日もあります。おかずは、加工品や冷凍食品は使わず、手間のかかる料理も手作りしています。色々な調理法(煮る・焼く・揚げる・蒸すなど)で様々なメニューを提供します。デザートには、季節の果物のほか、ゼリーやケーキなども提供します。
- 🍷 行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティに富んだ献立作りを心がけています。
- 🍷 野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、全て加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。

❖給食費についてのお知らせ❖

西東京市では、令和6年度から開始した学校給食費無償化を令和8年度も継続します。今年度の中学生の一食単価は435円となります。市立小学校及び中学校においては、栄養価や質を維持し、「安心・安全でおいしい学校給食」を提供してまいります。



❖ご家庭へのお願い❖

給食当番の生徒は、週末に給食着(エプロン、三角巾、袋)を持ち帰ります。ご家庭で洗濯、アイロンがけをお願いいたします(お洗濯の際には、香りの強い洗剤や柔軟剤のご使用はお控えください)。ほつれ等がありましたら、補修していただくと助かります。



❖食物アレルギー対応について❖

食物アレルギー対応をするためには、学校への届出が必要です。給食でのアレルギー除去食対応だけでなく、校外学習等、学校生活の中で食物アレルギーに対する配慮が必要な場合は、担任または養護教諭、栄養士にお申し出ください。