



かんざき給食だより

～ ご入学、ご進級おめでとうございます ～



学校給食は、子ども達一人ひとりの体と心の成長を支えるために、栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物をできる限り取り入れながら調理しています。

子ども達にはいろいろな味の体験をしてもらいたいとの思いから、食べられない食材や、子ども達にとっては苦手な献立や味付けの日もあると思います。給食は望ましい食習慣を身につける場でもあるので、ご家庭でも「まず一口食べてみよう!」と励ましてあげてください。

調理場では、今年度も安全安心を第一に、おいしく楽しく食べてもらえるように職員一同努めてまいります。どうぞよろしく願いいたします。

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p> 	<p>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。</p> 	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p> 
<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p> 
<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p> 		



牛乳 毎日 200ml の牛乳が 1 本付きます。体をつくるもとになるたんぱく質や丈夫な歯や骨のもとになるカルシウムやビタミン類を多く含みます。

おかず (主菜・副菜・汁など)

不足しがちな鉄分やカルシウムなどのミネラルやビタミン類が十分とれるように考慮しています。煮物や汁物のほか、揚げ物、焼き物、蒸し物、炒め物、和え物など調理形態を組み合わせ、和洋中様々な献立となるようにしています。



主食 基本的には、主食は、「ご飯」です。月に 1 回程度「パン」の日があります。

学校給食では、栄養バランスがとれるように、また偏食をなくすよう、幅広い食材を使った料理を作るように心がけています。しかし、給食で初めて出会った食材や料理に抵抗感がある子もいるようです。ご家庭でも、魚、豆、野菜などの料理を出す回数を増やしていただくようお願いいたします。