



佐賀県立佐賀商業高等学校

4月の目標「学校給食の意義について知ろう」

ご入学、ご進級おめでとうございます。いよいよ新学期が始まりました。

本校の学校給食は文部科学省から示された「学校給食摂取基準」に基づいて献立を作成しています。季節の献立、行事食を考えています。

皆さんが学校給食を楽しんで食べるように工夫をしています。苦手な食材や食べれない食材もあるかと思いますが、4年または3年の間に

食べる食材が一つでも増えてくれる事を願っています。1年間給食を残さずにしっかり食べてください、よろしくお願いいたします。



給食室の使い方・給食マナーについて

- ① 食事の前は必ず石鹸で手を洗い感染症予防のため消毒をしましょう。
- ② ご飯、おかずは必ずとる。
- ③ 自分がとった給食は残さない。体調不良の場合は必ず栄養職員または養護教諭に伝えること。
- ④ 食べ物を大切にすることを心がけましょう。
- ⑤ 食品衛生上、給食室には飲食物を持ち込まない、牛乳等は給食室外へ持ち出し禁止。

給食時間

通常 17:55~18:20

給食先行 17:05~17:25
(試験や行事時等)

学校給食には7つの大きな目標があります(学校給食法第2条)

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。



④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



学校での「食育」

食育はご家庭や地域との連携を図りながら、学校全体で推進していくことが学習指導要領においても示されています。学校での食育は以下の6つの視点から行われています。

食事の大切さ、喜び、そして楽しさを知る



食べ物を大切に、かかわる人々に感謝する



健康を保つための自己管理能力を身に付ける



マナーや思いやりの気持ちなど社会性を育む



正しい知識、情報をもとに食品を選ぶ力をもつ



地域の産物や伝統的な食文化を知り、未来に伝える



献立は、文部科学省から示された「学校給食摂取基準」に基づいて作成されます。1日に必要なエネルギーと主要栄養素のおよそ3分の1がカバーできるようになっていますが、カルシウムなど不足しがちな栄養素については多めに、逆にとりすぎている食塩はかなり少なめになっています。使用する食品についてもさまざまな材料を適切に組み合わせながら内容の充実に努めています。

毎日、みなさんに残さず食べてもらうことで、私たちが献立に込めた思いや願いがすべて叶うことになります。苦手なものや、初めて食べる料理があるかもしれませんが、でも好奇心をもって、まずはひと口チャレンジしてみてください。きっと新しいおいしさの発見や、自分の好みの変化に気づくこともあると思います。

