



いただきます！

栄養教諭 田淵いずみ

ご入学・ご進級おめでとうございます。子どもたちは、これから始まる学校生活に胸を躍らせていることでしょう。食育だよりでは、ご家庭にお伝えしたい「食」に関する情報を発信していきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



Q. 給食にはどんな栄養素が含まれているの？

A. 学校給食の栄養素量の基準は、文部科学省によって決められています。学校給食は、成長期の子どもに必要なエネルギー、たんぱく質、脂質、ナトリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、ビタミンA、B1、B2、C、食物繊維などがバランスよくとれるように定められています。



家族で取り組んでみませんか？ 早起き・早寝・朝ごはん



保護者の生活習慣は、子どもに大きな影響を与えます。朝食をぬいたり、就寝時刻が遅くなったりしていませんか？ 家族で元気に過ごすために「早起き・早寝・朝ごはん」を実践しましょう。

新冠の給食

出汁

味噌汁の出汁は、瀬戸内産の煮干しを主に、道産の根昆布やかつお節、厚けずり節などを加えて、厨房で毎回、出汁をとっています

ごはん

給食のご飯は新冠産の「ななつぼし」を週3~4回提供しています。また、ご飯にお米と同じ形に加工した大麦をまぜて炊き上げ、「食物せんい」とれるようにしています。白飯、混ぜご飯、どんぶりなどで提供しています。衛生管理上、夏季中は混ぜご飯などを避ける場合があります。



食材

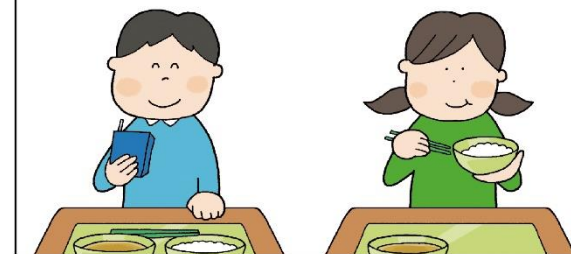
給食に使われている食材や調味料は、添加物の少ないもので、地産品がなければ道産品、国産品、輸入品(信用できる産地や管理のしっかりした業者が輸入したもの)の順に選んで、なければ献立を変えます。

食物アレルギー児童への対応について

新冠小学校では食物アレルギーの診断を受けた児童に対して、個別対応をおこなっています。施設設備や人員の関係で対応には限界がありますが、家庭と連携を図り、子どもの健康を第一に考えています。年度末に調査を行いました。普通に食べていたものが、急にアレルギーが発症することもありますので、ご家庭での食事などで、体に異変を感じたときは、学校にも連絡をお願いします。

給食が始まります

学校給食は、栄養バランスのとれた食事で成長期にあるみなさんの健やかな成長を支え、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につける教材としての役割があります。ぜひご家庭でも、給食の話題に触れてみてください。



今年度も1年間
よろしくお願ひいたします

