

# 給食だより 4月



【保護者用】

郡山市立薫小学校  
令和6年4月16日

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も安心安全な給食を提供できるよう、職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

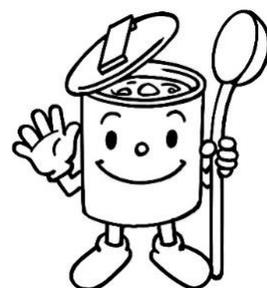
## 学校給食の7つの目標

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。



## 学校給食の内容

- ・主食（ごはん・パン・めん）、おかず（主菜・副菜）、牛乳を組み合わせた完全給食です。
- ・脂肪のとりすぎを防ぐため、1食に占める割合が20～30%以内になるように献立をたてています。
- ・旬の食材を使い、行事食や郷土料理、伝統料理を取り入れています。
- ・米は、郡山産のブランド米である「あさか舞」を使用しています。
- ・豆類やいも類、野菜などをバランスよく使用できるように、献立を工夫しています。
- ・給食に使う食材は、過度に加工したものは避け、新鮮なものを選ぶようにしています。



## 給食費と回数

- ・給食費は、1食350円です。今年度も公費負担です。
- ・給食回数は、年間180回です。ただし、学年ごとに給食回数・集金額が変わります。



## 薫小学校 給食室

自校調理方式で、調理は株式会社東武が担当します。よろしくお願いいたします。

## 栄養価について

給食の栄養価計算に使用している「日本食品標準成分表(以下「成分表」)」は、5年おきに改訂が行われており、最新版は令和2年12月に文部科学省から公表された「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」です。七訂成分表に比べ八訂成分表ではエネルギー量が下がる傾向にあります。全体的にエネルギー値が下がっても、給食の内容や提供量は今までと変わりません。今後も成分表と学校給食摂取基準に関する動きに注視しながら、献立をたてていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

## 1年生の給食が始まりました

4月12日から1年生の給食が始まりました。給食当番さんはおかずを分けたり、牛乳を配ったりと一生懸命に当番の仕事に取り組んでいます。初めて食べる小学校の給食の味はどうでしょうか。旬の食材、好きなものや苦手なもの、初めて食べるもの…。給食でいろいろな食べ物にチャレンジして、体も心も健やかに育ってほしいと思います。



上手に配膳をしています。ごはんをおかわり！

# 4月給食だよ

【児童用】

※おうちの人といっしょに読みましょう。

新学期が始まって1週間がたちました。勉強や運動、遊び、何をするにも、健康第一です。バランスのよい食事をとり、夜は早めに寝て、毎日を元気に過ごしましょう。

入学・進級おめでとう

## 給食で学ぶこと

給食は成長期のみなさんの健康な体をつくるために提供されているだけでなく、「食べ物」「栄養」「食文化」「食事の楽しさ」「感謝の心」など、さまざまなことを学ぶ時間となっています。

- 栄養バランス
- 食品の種類や特徴
- 感謝の心
- 食料の生産・流通・消費
- ふるさとの食文化
- よりよい人間関係の形成
- 食事の喜び・楽しさ
- 世界の食文化
- 食に関する知識・理解・関心
- 日本の伝統行事と行事食

## 給食の決まり・食事のマナーを守りましょう

|                                      |                                    |                                  |
|--------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| <p>給食の前に机をふきましょう。</p>                | <p>手をきれいに洗いましょう。</p>               | <p>給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。</p> |
| <p>協力して準備しましょう。</p>                  | <p>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。</p> | <p>姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。</p>   |
| <p>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</p> | <p>時間内に食べ終わるようにしましょう。</p>          | <p>食器は大切に扱いましょう。</p>             |

### ごはん係

はじめにごはん係になりました。

でも大丈夫！

5人分ずつよそってあげば...

うちのクラスは30人、6班あるから6つに分けて

見て！ぴったり！ひと粒も残らなかったよ！

おい

先生の分があるかな？

忘れた...

## 6年生が1年生の給食のお手伝いをしています

1年生が給食を食べ終わるころ、1年生の教室にやってくるのは6年生。1年生の後片づけのお手伝いをするためです。6年生は1年生にやさしく声をかけながら、後片づけが上手にできるように手助けをしています。食器をかごに戻したり、食器かごを運んだり...、6年生のおかげで1年生は上手に片づけができています。6年生のみなさん、ありがとうございます。



「食べ終わったかな？」



「食べ残しはここに戻そうね」