



学校給食通信

第1号

★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。元気に学校生活を送るためにも、バランスのとれた食生活を心がけましょう。

◆◆学校給食の目標◆◆

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。

◆◆学校給食の栄養について◆◆

今年度より、学校給食摂取基準が新基準になります。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	ナトリウム (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	
中学校基準値	820	30 (25~40)	学校給食による摂取エネルギー全体の25~30%	3未満	450	4.0	
	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB ₁ (mg)	ビタミンB ₂ (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	亜鉛 (mg)	マグネシウム (mg)
中学校基準値	300	0.6	0.6	35	6.5	3	140



★基準にできる限り近づけられるように努めています。

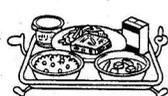
★成長期に不可欠な動物性たんぱく質、カルシウム、鉄、ビタミン類などが摂取できるよう、各食材料及びそれらの組み合わせを十分考慮して、献立を作成しています。

【コース別学校名】

コース	郡山市立中学校 給食センター 13校 (富久山町)	郡山市立中学校 第二給食センター 11校 (片平町)
Aコース	行健中 郡山第四中 日和田中 西田中 緑ヶ丘中 郡山第二中	郡山第一中 片平中 喜久田中 富田中 郡山第七中
Bコース	郡山第五中 明健中 守山中 二瀬中 小原田中 高瀬中 郡山第三中	郡山第六中 安積第二中 三穂田中 逢瀬中 大槻中 安積中

★給食センターでは食数が多いため、調理機械・器具などの能力を考慮し、A・B二つのコースに分け、おかずのみを調理してお届けしています。

★主食(ごはん、パン)はパン業者が、ソフトめんはめん業者が、牛乳は牛乳業者が製造し、各学校へ配送しています。



給食センターの給食ができるまで



献立作成

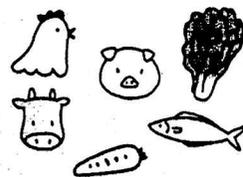
成長期のみなさんの健康を考え、栄養バランスのとれた献立作成をしています。また、旬の食べ物を使用し、日本の伝統的な行事食、郷土料理を取り入れて魅力ある給食を目指しています。

献立表には、その日に使用している食材名が記入してありますので、朝食、夕食で重複しないように心がけると、1日に多くの食品をとることができます。



食材について

給食に使用する食材は、安全性を第一に考え、国産の食材、添加物の少ないもの、味の良いものを選択しています。さらに毎朝一品ごとに検品を行い、新鮮なよい食材を使用しています。(放射性物質測定検査は、昨年度に引き続き実施しています。)



調理

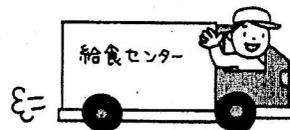
納入された食材は衛生的な調理場において調理されます。温かいものを届けられるようA・Bコースの2種類の献立を実施し、一日に6~8品の料理を約3時間で作っています。

給食で使われる食材は、ミニトマトや果物以外はすべて加熱処理をしています。



配食

コンテナに食器、おかずが入った食缶を収めて運転士が各学校へ運びます。



給食センターの概要

	郡山市立中学校給食センター	郡山市立中学校第二給食センター
所在地	富久山町	片平町
対象校 (Aコース)	行健中 第四中 日和田中 西田中 緑ヶ丘中 第二中	第一中 片平中 喜久田中 富田中 第七中
対象校 (Bコース)	第五中 明健中 守山中 二瀬中 小原田中 高瀬中 第三中	第六中 安積第二中 三穂田中 逢瀬中 大槻中 安積中
食数	約5,000食	約5,000食
配送車	7台	7台
栄養士	栄養士3名	栄養士2名
調理員	23名 (ボイラー技師を含む)	23名 (ボイラー技師を含む)
運転手	8名	8名

☆郡山市立中学校給食センターは2つあり、全く同じ給食(おかずのみ)を作っています。

☆主食(米飯・パン・めん)と牛乳は直接業者から配達されます。