

にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級おめでとうございます！

いよいよ、令和6年度の学校給食が始まります。給食は、健康で元気な「からだ」をつくることだけでなく、「こころ」も元気にする役割があります。給食の準備から片付けまで、みんなで協力して行い、思いやりや感謝の気持ちをもって、楽しい給食の時間をつくっていきましょう。

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



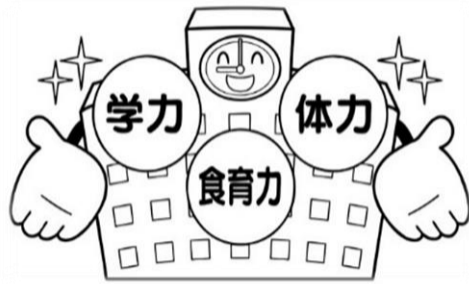
②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、望ましい食習慣を養うこと。



③学校生活を豊かにし、明るい社交性、及び共同の精神を養うこと。



学校給食の7つの目標



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

理解を深め、生命及び自然を尊重する精神、ならびに環境の保全に寄与する態度を養うこと。



⑤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。



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食生活が食に関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。



寒河江市立小学校の給食

●学校給食は『学校給食法』に基づき、学校教育活動の一環として実施されています。

献立・・・市内小学校に所属する栄養教諭・栄養士が

「ねらい」をもって作成しています。

自校給食方式・・・各小学校内の調理室で調理しています。

給食の形態・・・「主食」「主菜」「副菜」「汁物」「牛乳」を基本としています。

・米飯は、「寒河江市産はえぬぎ」を使用

【山形広域炊飯施設（山形市）より】

・パンは、「学校給食用無漂白の小麦粉」を使用

【たいようパン株式会社（高畠町）より】

・麺類は、「中華めん」「うどん」「スパゲティ」を提供

・牛乳は、「奥羽そだち 200 ml」を提供

【奥羽乳業株式会社（河北町）より】

給食費・・・一食単価の目安は310円です。

児童の給食費は、令和3年度より完全無償化になっています。

「学校給食」は生きた教材です！

- 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
- 日本の伝統行事と行事食
- 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

毎月19日は『さがえ食育の日』です。

その日を含む給食週間のねらいを「郷土料理・特産物を味わおう」にし、地域の食材をより多く提供しています。



ねらい	日(曜)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
給食の時間の過ごし方を覚えていこう！	予定こんだて	★エフロン ★給食用マスク ★はし 忘れずに持ってこよう!!		カレーライス 牛乳 リボンマカロニサラダ お祝いいちごゼリー	わかめごはん 牛乳 とりつくね やさいのごまあえ とうふのみそしる	スパゲッティミートソース 牛乳 はなやさいサラダ
	きいろのなかま			ごはん あぶら じゃがいも カレールウ マカロニ さとう マヨネーズ ゼリー	ごはん ごま さとう	スパゲッティ オリーブオイル こむぎこ バター ごま
	あかのなかま			牛乳 ぶたにく チーズ まぐろ	牛乳 わかめ とうふ あぶらあげ とりにく みそ	牛乳 ぶたにく チーズ とりささみ
	みどりのなかま			たまねぎ にんじん にんにく チャツネ グリンピース キャベツ きゅうり いちご	もやし キャベツ ほうれんそう にんじん たまねぎ	たまねぎ にんじん トマト パジル キャベツ ブロッコリー カリフラワー

※ねらいの料理を太字・斜字・下線で表記しています。

衛生管理について (教室編)

☆給食だよりには、こんなことを掲載しています☆

給食を食べるまでに、教室でできる衛生管理があります。一人一人がマナーを守って、安心して給食の時間を過ごせるようにしましょう。

① **エプロン・帽子・マスクを正しく着用する。**



髪の毛が長い人は、結んだり、帽子の中に髪を入れたりしましょう。

② **爪は短く切っておく。**

爪が長いと、爪の間に汚れが溜まって、バイキンやウイルスが繁殖しやすくなり、様々な病気への感染リスクが高まってしまいます。



③ **せっけんでしっかり手を洗う。**

汚れをしっかりと落とすためには、せっけんで洗うことが大切です。



- ① 「献立のねらい」「提供予定献立」「使用する食品名」
 ※食品名については、おもな働きごとに、赤・黄・緑の3つのなかまに分けています。

★「赤・黄・緑」のなかまとは？

食べものを「働き」によって3つの色のなかまに分け、子どもたちに分かりやすく示した栄養バランスの名称です。



② 知ってほしい食に関する情報

③ 各小中学校で作成(選択)した献立へのメッセージや郷土料理や行事食について、子どもたちの給食の様子や給食レシピなど。

ねらい	日(曜)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
炭水化物の働きと食品を知ろう	予定こんだて	ごはん 牛乳 ほしのメンチカツ きりほし大根のナムル とんじる	ごはん 牛乳 とりにくのちょうせんやき <u>ポテトサラダ</u> ワントンスープ	ごはん 牛乳 さんまオレンジに ごもくきんぴら <u>さつまいものみそしる</u>	そばろどん 牛乳 <u>はるさめサラダ</u> だいこんのみそしる	コッパパン いちごジャム 牛乳 ハンバーグ ブロッコリーの コーンマヨあえ コンソメスープ
	きいろのなかま	ごはん あぶら こむぎこ ばんこ さとう ごまあぶら じゃがいも	ごはん さとう ごまあぶら じゃがいも マヨネーズ さとう ワントン	ごはん あぶら さつまいも さとう ごま	ごはん さとう はるさめ ごまあぶら	コッパパン ジャム じゃがいも
	あかのなかま	牛乳 ぶたにく ハム あぶらあげ みそ	牛乳 とりにく ぶたにく	牛乳 さんま ぶたにく さつまあげ あつあげ みそ	牛乳 ぶたにく とりささみ あぶらあげ わかめ みそ	牛乳 ぶたにく ベーコン
	みどりのなかま	きりほしだいこん こまつな きゅうり にんじん ごぼう だいこん ねぎ	しょうが にんにく きゅうり にんじん もやし ねぎ しいたけ には	ごぼう にんじん こんにゃく ピーマン こまつな	たまねぎ たけのこ こんにゃく えだまめ しょうが きゅうり もやし にんじん だいこん	ブロッコリー キャベツ にんじん コーン たまねぎ いちご しめじ
ねらい	日(曜)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
郷土料理・特産物を味わおう	予定こんだて	ふりかえきゅうぎょう ひ 振替休業日	ごはん 牛乳 さわらフライ <u>県産ぎぼうしのにももの</u> <u>県産さんさいじる</u>	<u>県産うこぎごはん</u> 牛乳 やさいミックスにくだんご やさいのゆかりあえ <u>県産キャベツのみそしる</u>	ごはん 牛乳 <u>県産牛肉とたけのこのうまに</u> <u>県産えのまとはなふの</u> <u>すましじる</u> いちご	ケチャップライス 牛乳 ハートのオムレツ <u>県産きのこと</u> <u>米粉のシチュー</u>
	きいろのなかま		ごはん あぶら こむぎこ ばんこ さとう	ごはん ごま	ごはん さとう あぶら ぶ	ごはん バター なまクリーム こめこ
	あかのなかま		牛乳 さわら さつまあげ とりにく	牛乳 とりにく とうぶ みそ	牛乳 きゅうにく あつあげ とうぶ	牛乳 たまご ベーコン
	みどりのなかま		ぎぼうし こんにゃく ごぼう にんじん さんさい たまねぎ	うこぎ もやし ほうれんそう にんじん キャベツ ねぎ しそ	もうそうだけ にんじん ねぎ こんにゃく えだまめ えのき いちご	たまねぎ グリンピース コーン にんじん マッシュルーム しめじ えりんぎ ブロッコリー パセリ
ねらい	日(曜)	29日(月)	30日(火)			
たんばく質の働きと食品を知ろう	予定こんだて	しょうわ ひ 昭和の日	ごはん 牛乳 <u>アジフライ</u> きりこんぶに ちゅうかみそしる	さが えし きゅうしよく にんきこんだて 寒河江市給食の人気献立です!! ☆ 季節を感じられる献立 ☆ 素材の良さを生かした手作りの給食 ☆ 和・洋・中などバラエティーにとんだ献立		
	きいろのなかま		ごはん あぶら ばんこ さとう ごまあぶら	カレーライス キャベツのごまかけ てづくりプリン きなこパン もずくどん ミートソースパケティ		
	あかのなかま		牛乳 あじ こんぶ ちくわ ぶたにく みそ			
	みどりのなかま		こんにゃく にんじん いんげん キャベツ には メンマ			

※ねらいの料理を太字・斜字・下線で表記しています。