

いただきます

豊浦町学校給食センター
給食だより 2020年4月

豊浦の学校給食について



学校給食とは？

健康の保持増進や体位の向上を図ることはもちろん、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材として、給食時間をはじめ、各教科や特別活動で活用していくものです。

学校給食の目標

「学校給食法」第二条より

1 健康 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。	2 カルシウム 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。	6 わ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。

児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準

【学校給食摂取基準 平成30年8月1日施行より】

区分	基準値			
	6~7歳の場合	8歳~9歳の場合	10~11歳の場合	12~14歳の場合
エネルギー(kcal)	530	650	780	830
たんぱく質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体13%~20%			
脂質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体20%~30%			
ナトリウム(食塩相当量)(g)	2未満	2未満	2.5未満	2.5未満
カルシウム(mg)	290	350	360	450
マグネシウム(mg)	40	50	70	120
鉄(mg)	2.5	3	4	4
ビタミンA(μgRAE)	170	200	240	300
ビタミンB1(mg)	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミンB2(mg)	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンC(mg)	20	20	25	30
食物繊維(g)	4以上	5以上	5以上	6.5以上

(注) 1 標に掲げるもののほか、次に掲げるものについてもそれぞれ示した摂取について配慮すること。
 亜鉛・・・児童(6歳~7歳) 2mg、児童(8歳~9歳) 2mg
 児童(10歳~11歳) 2mg 生徒(12歳~14歳) 3mg
 2 この摂取基準は、全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、個々の健康及び生活活動等の実態並びに十分配慮し、弾力的に運用すること。
 3 献立の作成に当たっては、多様な食品適切に組み合わせるよう配慮すること。

成長期に必要な栄養と将来の生活習慣病予防を考えた基準となっています。



とよら がっこうきゅうしょく

豊浦の学校給食について

○主食 ごはん(月・火・水) 豊浦産ななつぼしに、食物せんいが豊富な麦を混ぜて炊いています。月に数回混ぜごはんやチャーハンなども登場します。

パン(木) 道産小麦や天然酵母を使用したパンです。

めん(金) うどん・中華めんは、給食センターでゆでています。

○牛乳 成長期の子どもたちに必要なたんぱく質、カルシウム、ビタミンなどを補うため、JA伊達管内酪農家の生乳を限定使用した「だて牛乳」が毎日つきます。

○副食(おかず) 調味料は安全なものを厳選、野菜などは時期によって地物・道内産・国内外産のものを使い分け、加工食品については原材料の産地・製造工場・製造過程を確認し、より安全な食材の使用に努めています。

~地域食材の活用~

地域の特産物に対する理解を深めるために、豊浦産の米や近隣市町産の牛乳や野菜、噴火湾の海産物なども活用し、地域ならではの給食を提供しています。

~行事食など~

年間を通して、食文化の継承を大切にするため行事食献立が登場します。また、給食を通じて食べ物について関心をもってもらえるような子どもたちが考えたリクエスト献立も登場します。

【 私たちがお届けします 】

センター長1名・栄養教諭1名・調理員4名・配送担当職員4名です。力を合わせて愛情たっぷりの給食をお届けします。

