

給食だより



4月の給食目標 給食準備のルールや手順を覚えよう

ご入学・ご進級おめでとうございます。いよいよ新しい生活、新しい学年が始まりました。

学校給食は、学校給食法に基づいて実施されており、その中に学校給食の目標として、7つの目標が掲げられています。目標実現のため、栄養バランスのとれた安全で豊かなおいしい給食を提供し、食育の充実を図ってまいります。1年間、よろしくお願いいたします。



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。



出典：「学校給食法」

中野区立明和中学校の給食について

次のことを心がけ、給食調理及び生徒への給食指導を行っています。

- ① 安全でおいしい給食の提供
- ② 衛生面に配慮した調理
- ③ 学校生活を豊かにし、食事マナーや明るい社交性を養うための指導
- ④ 健全な食生活を営むことができる判断力と、望ましい食習慣をつけるための指導

献立について

- ・季節行事や学校行事に合わせた献立を取り入れます。
- ・世界の料理や郷土料理を取り入れます。
- ・かむことを意識した「カミカミデー」や栄養バランスの取れた「まごわやさしいメニュー」を取り入れます。

アレルギー対応について

アレルギー発症のリスクと除去対応を減らし、よりよい給食を提供するため、献立作成において支障がない以下の食材を「令和5年度に給食で使用しない食材」として決定いたしました。

そば、キウイフルーツ、かに、山芋、長芋、ピーナッツ、いくら、たらこ、とびこ
ごま・アーモンド・栗・以外の種実類

(銀杏、くるみ、カシューナッツ、ココナッツ等は給食では提供しません。)

給食の一食単価は昨年度と同様、339円です。

☆給食の準備と片づけをしっかりと楽しい給食時間にしましょう!!☆



給食時間 12:35~13:05

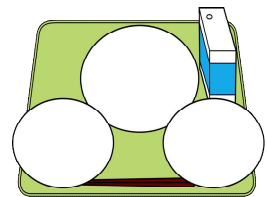
(45分授業の時 12:15~12:45)

準備の時間 12:35~12:45



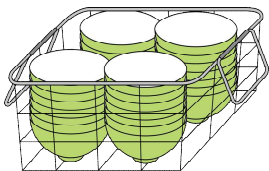
必ず全員がせっけんで手を洗
いましょう。5分後のチャイムま
でに、教室に入りましょう。

体調の悪い人は先生に言って、当
番を代わってもらいましょう。白衣
と帽子は必ず着用しましょう。



一口メモの盛付図をみて、き
れいに盛付けましょう。盛り残し
が多い場合は、先生が配り足し
をします。

片づけの時間 13:05~



食器は、きちんと重ねま
しょう。はしやスプーン
は、向きもそろえましょう。



牛乳パックは、洗って乾かし
ます。飲み残しは、缶に中身を
出しましょう。

☆給食室の紹介☆

給食調理 株式会社レクトン
栄養士 小田原 里歩



安全でおいしい給食を
提供します。

給食白衣についてお願い

白衣の洗濯は、各家庭でお
願いします。匂いが強すぎる
洗剤の使用は控えるなど
のご配慮をお願いします。

給食で使用する白衣は、学
校のものです。みなさんの後
輩も使います。大切に扱いま
しょう。