4月 給食だより

令和５年４月　　甘楽町学校給食センター

元気いっぱいの新入生を迎え新学期が始まりました。学校給食は子どもたちが栄養バランスのとれた食事をクラスの友だちや先生と一緒に食べ、そのふれあいの中で心を豊かにし、体の健康を育んでいきます。さらに、給食を「生きた教材」として、健康的に過ごすための良い食べ方やマナー、協力の大切さや感謝の心を育む食育が進められます。今年度も楽しく、安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

給食目標　**給食の準備や後片づけを上手にしよう！**

給食がはじまります！

●給食内容について

主食・・・米飯は、火・水・金。ご飯は、給食センターで炊飯しています。
　　　　パン・麺は、月・木です。
飲物・・・基本的に毎回２００ｍｌの群馬県産の牛乳が付きます。
　　　　献立によって飲むヨーグルトなどが付きます。
主菜・・・魚、肉、卵料理などを主にした料理で、小学校、中学校同じ物ですが、
　　　　大きさや個数を変えて提供しています。
副菜・・・旬の野菜や海藻などを使った和え物やサラダ、煮物、炒め物などを提供しています。
　　　　年齢に合わせて材料の切り方や味付けを変えて作っています。
汁物・・・郷土料理や地元の食材を取り入れて作っています。
デザート・季節の果物や四季折々の行事に合わせたデザートを提供しています。
☆日本の食文化を大切にしてほしいという願いから、水曜日は和食の献立を取り入れています。
☆各学校からのリクエスト献立を毎月１校ずつ取り入れています。
☆日本各地の郷土料理や世界の料理なども取入れています。

●食材について　～地元野菜を積極的に使用します～

お米は 100%甘楽町産を使用しています。
野菜や果物も甘楽・富岡地区で栽培されたものを多く使用します。
（じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、大根、小松菜、きゅうり、なめこ、ねぎ、にら、
なす、ごぼう、ズッキーニ、かぼちゃ、さといも、はくさい、茎ブロッコリーなど…）

●学校給食摂取基準について

区　分	小学生(低)	小学生(中)	小学生(高)	中学生
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	530	650	780	830
たんぱく質(%)	学校給食による摂取ｴﾈﾙｷﾞｰ全体の13～20%			
脂　質(%)	学校給食による摂取ｴﾈﾙｷﾞｰ全体の20～30%			
ナトリウム 食塩相当量(g)	１．５未満	２．０未満	２．０未満	２．５未満

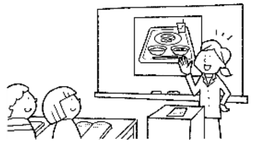
※文部科学省による「学校給食実施基準」に沿って献立を作成しています。

食育指導も積極的に行います！

各小学校・中学校で食に関する指導を行っています。

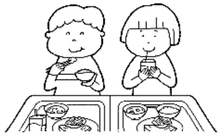
食に関する指導は、学校の教育活動全体を通して行います。

教科等の時間



各教科や外国語活動、総合的な学習の時間、特別活動、自立活動は、食に関する指導と関連づけることができます。関連づけることで、食育の充実や教科等のよりよい目標達成につながります。

給食の時間



学校給食は、児童生徒の健康の維持・増進、体位の向上を図り、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけるために重要な教材です。また、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。

個別的な相談指導

偏食、肥満・やせ傾向にある児童生徒や、食物アレルギーを有する児童生徒など、全体での指導では解決できない健康に関する個別性の高い課題について改善を促すために相談指導を行っています。

今年度も町内の小学校、中学校を計画的に訪問指導します。
給食センターの食に関する指導の年間計画に基づいて、小中学校の給食時の訪問指導、掲示物の作成などを行っています。また、各学校と連携して学級活動等で食に関する授業を行っていきます。
子どもたちへの食育は、生涯にわたって健やかに生きるための基礎を培うことを目的としています。食育の中心は家庭ですが、学校全体でも積極的に取り組みますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

◆◇　献立表を活用ください　◇◆

献立表には料理名だけではなく、給食に使われている食品やエネルギー量などが書かれています。献立表をみながら、使われている食品や、地域の郷土料理・行事食などの食にまつわるお話を、お子さんと一緒にしていただけたらと思います。