

給食だより



江戸川区立南葛西第二中学校
4月号

暖かい春の日差しが心地よい季節となりました。ご入学、ご進級を迎えた皆さまならびに保護者の皆さま、誠におめでとうございます。今年度も地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めて美味しい給食作りに努めてまいります。ご理解とご協力をお願いいたします。

学校給食の役割

栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。



給食時間における準備から片付けの実践活動を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。



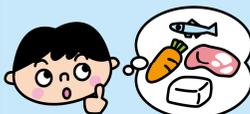
学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。



2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。



3 明るい社会性と協同の精神を養う。



4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。



5 食生活が多くの人の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。



6 伝統的な食文化を理解する。



7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。



今月の給食目標

給食の決まりを守り、楽しい給食時間にしよう。



栄養管理と献立作成

栄養



「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安にカルシウムは、2分の1など家庭での食事では不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に様々な食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、世界の料理などの献立を実施します。

栄養士が献立作成しています



衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき、衛生管理の徹底に努めています。

調理員は健康チェックをし、身だしなみを整えています。	野菜・果物は流水で3回以上洗います。 ※食材に異物混入がないかもチェックします。	生で食べるミニトマトや果物を除き、すべて加熱します。 ※加熱した食品は、中心温度を測定します。	調理後2時間以内に喫食できるよう、時間を考えて調理します。

学校栄養摂取基準

中学校の栄養は、学校給食摂取基準（文部科学省）を用いています。

(1人1食あたり)

	1人1食あたり	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄分	マグネシウム
	kcal	g (25~40)	g	mg	mg	mg
区基準値	830	34.2	23.1	450	4.5	120
	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
	ugRE	mg	mg	mg	g	g
区基準値	300	0.5	0.6	35	7	2.5
						亜鉛
						3mg

* 月平均で栄養価を満たすように江戸川区の標準食品構成表に基づき献立作成をしています。

* 給食費無償化

	給食費	区補助金	保護者負担額
生徒	5,730円	全額	0円