

食育だより

がつ ふなばしさんしよくざい なし
9月の船橋産食材:梨

令和8年9月
船橋市立飯山満小学校

長い夏休みが終わり、学校生活が再開します。学校がある日もない日も元気にすごすためには、規則正しい生活リズムが大切です。まずは朝食を食べて、規則正しい生活リズムを取り戻しましょう。

夏休み中の給食室はどんなことをしているの?!

夏休み中の給食室では、給食がある日にはできない点検や工事、清掃などが行われます。調理員さんも、たくさんある食器具や機械のお手入れをしてくれました。その他にも、専門の業者さんが給食室に来てくださり、そのおかげで9月からの給食調理が円滑で安全、かつ衛生的に行うことができます。



備品保守点検 回転釜や焼き物機などのたくさんの調理機器類を点検・整備し、新学期も安全・スムーズに調理できる環境を整えます。



(株)A I H Oの作業員さん

防鼠害虫駆除 専用の業務用機械と薬品を用いて徹底的な駆除と侵入防止処理を行い、高い衛生レベルを維持します。

食器洗浄機清掃 日常の掃除では手が入らないベルトコンベア内部やノズルまで分解・洗浄し、衛生的に稼働させます。

ダクト清掃 調理時に出る油煙を吸い上げる排気ダクト内部を清掃し、火災予防と給食室内の換気機能を保ちます。

グリストラップ清掃 厨房排水の油分や残渣(ざんさ)を溜める阻集器を強力吸引車などで清掃し、悪臭や配管詰まりを防ぎます。



(株)千葉プランテーションの作業員さん

こんげつ もくひょう しよくじ けんこう し
今月の目標:食事と健康について知ろう!



飯山満小の朝食喫食状況(単位:人)

学年	必ず毎日朝食を食べる割合	必ず毎日食べる	1週間に1~3日食べないことがある	1週間に4~5日食べないことがある	ほとんど食べない
1年	85.3%	87	10	2	0
2年	89.2%	99	8	2	2
3年	85.4%	111	11	1	7
4年	82.9%	107	16	4	2
5年	85.9%	110	15	3	0
6年	79.1%	106	19	2	7
全校平均	84.5%	620	79	14	21

朝食を食べているかについてのアンケート結果です(令和8年7月現在)。毎日必ず朝食を食べる児童の割合は、全校で**84.5%**、朝食を欠食している割合は、全校で**2.9%**でした。

令和7年度千葉県内公立小学校の毎日必ず朝食を食べる児童の割合は、**87.9%**です。県の平均よりも、本校は低い値となっています。千葉県内公立中学校は**82.0%**となっており、年齢とともに朝食を食べる人が少なくなっていく傾向があるようです。

朝食は、幼い頃から習慣にすること、食べることを当たり前にすることが大切です。朝食を食べることで、脳や体が目覚め、色々な体のスイッチが入ります。午前中の授業に集中するためにも、朝食を食べてから登校できるといいですね。

★枝豆とチーズのポンデケーキ★

材 料	6 個分
じゃが芋	210 g (大 1 個)
でんぷん	50 g
米粉	50 g
食塩	3 g (小さじ 1/2)
水	30 g (大さじ 2)
サラダ油	30 g (大さじ 3)
ピザ用チーズ	32 g
むき枝豆 冷凍	40 g

作り方

- ①じゃが芋は皮をむいて適当な大きさに切り、蒸して熱いうちにつぶす。
- ②枝豆以外の材料を入れてよくこね、下茹でした枝豆を入れてまんべんなく混ぜる。
- ③個数に丸め、180℃のオーブンで、15分～20分程度焼く。

※焼き加減は、様子を見て加減する。

※水は、硬さを見て加減する。