

食育だより

令和6年4月
船橋市立海神南小学校

うららかな春の日差しのもと、新年度が始まりました。今年度も、子供たちの笑顔のため、心と体の健やかな成長を支えていけるよう、美味しく魅力的な給食を提供していきます。学校給食へのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

船橋市の学校給食について

献立は、学校給食摂取基準(令和3年4月1日施行)に基づき、船橋市「学校給食調理の基本」および令和5年度船橋市学校給食栄養管理・献立作成の基本に沿って作成します。

【船橋市「学校給食調理の基本」】



1. 食べる児童・生徒の立場にたって愛情を込めた料理をつくります。
2. 調理は手作りを基本にしています。
3. 安全な食品を使用し、衛生的な調理を行います。
 - (1) 業務用としての納品が可能な食品は、添加物のないものを使います。
 - (2) 国産の商品が入荷可能なものは、国産品を優先して使います。
 - (3) 船橋産の旬の食材は、優先して使います。
 - (4) 遺伝子組み換え食品は、可能な限り使用しないように努めます。
 - (5) 食品は、学校の調理室で加熱又は消毒したものを提供します。
※パン・牛乳・ジャム・果物の缶詰・一部の調味料はそのまま出すこともあります。
4. 適温給食を心がけます。

【学校給食摂取基準に基づく栄養管理について】

学校給食では、食事摂取基準(一日あたり)の1/3を摂取することを基本としています。船橋市では、実情(児童の体位など)を考慮し、給食では次の通り量を提供します。4年生を基準として、3~1年生は5%減、5~6年生は10%増で提供していきます。

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
換算率	0.85	0.9	0.95	1	1.1	1.2

ex.ご飯の提供量が4年生で100gだった場合
1年生85g、2年生90g、3年生95g、5年生110g、6年生120g

区分	基準値		
	児童(6歳~7歳)の場合	児童(8歳~9歳)の場合	児童(10~11歳)の場合
エネルギー(kcal)	530	650	780
たんぱく質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13%~20%		
脂質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20%~30%		
ナトリウム(食塩相当量)(g)	1.5未満	2未満	2未満
カルシウム(mg)	290	350	360
鉄(mg)	2.5	3	4
ビタミンA(μgRAE)	170	200	240
ビタミンB1(mg)	0.3	0.4	0.5
ビタミンB(mg)	0.4	0.4	0.5
ビタミンC(mg)	20	20	25
食物繊維(g)	4以上	4.5以上	5以上

【献立作成について】

- (1) 多様な食品を適切に組み合わせるよう配慮します。
- (2) 主食が米飯の場合は、白飯を基本とします。(米飯給食推進)
- (3) 地場産物の積極的な活用に努めます。
- (4) 郷土に伝わる料理を積極的に取り入れます。
- (5) 食物アレルギー等に配慮します。



学校給食の7つの目標(学校給食法第2条)

学校給食は、生涯を通じて健康で充実した生活を送るために、望ましい食生活の基礎・基本を養い、自分の健康を考えて食事ができるよう学習する場です。

学校における給食指導は、その準備から後片付けまで含め、大切な教育活動の1つです。全ての教職員が協力し、指導計画に沿って継続して指導することで、子供たちの基本的な食に関する実践力を養っていきます。

- 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。

学校での食育(たくさんの学びがある給食)



保護者の方へお願い

- ◎給食を停止したい、または連続して3日以上給食を欠食する場合は、届出を提出することで、還付を受けることができます。「食物アレルギー」による喫食停止の場合に限っては、1日単位であっても該当日分を返金することができます。届出用紙は学校にある他、本校または市のホームページからもダウンロードできます。届出用紙は保護者の方が記入し、欠食したい日の4日前(休日等を除く)までに学校へ提出をお願いします。
- ◎給食当番は、毎週金曜日に給食白衣を持ち帰ります。洗濯とアイロンがけをして、月曜日には必ず学校に持ってきてください。
- ◎給食当番の具合が悪い場合には、感染症予防及び食中毒防止のため、給食当番を交代するなどの対応を行います。体調が悪い時は、担任への連絡をお願いします。