

食育だより

令和8年4月号

船橋市立海神南小学校

う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、安全で美味しく魅力的な給食作りを目指していきます。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、令和7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。

【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(一日当たり)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

例) 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。



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。

