

食育だより



令和5年度

11月号

7号

(毎月19日は食育の日)

船橋市立薬円台南小学校

秋が深まってきました。校庭の木々の葉も色づき、朝夕の冷え込みも増してきました。衣服の調節をこまめにして、規則正しい食生活で冬に備えましょう。



今月の給食目標：千葉県の食べ物を知ろう



千葉県の主な農水産物



🌸 千産千消デー 🌸 薬円台南小学校では1日に実施予定です！

地域で生産されたものを地域で消費することを「地産地消」といいます。千葉県では、地の字を千葉県の千に代えて「千産千消」とします。千葉県の取り組みとして11月のうちの1日は、地場産物を活用した学校給食を提供することになっています。地産地消にはたくさんの良いことがあります。



9月29日、学校給食試食会を行いました！

9月29日に1年生の保護者を対象に試食会を実施し、41名の保護者の参加がありました。今年度は、給食試食・参観の後、給食についての説明をしました。その中でたくさんのご意見や要望を頂くことができたので、今後の参考にさせていただき、より良い給食にしていきたいと思っています。

併せてお手伝いいただいたPTA役員の皆様にもお礼を申し上げます。無事に試食会を終えることができました。ありがとうございました。

試食会当日の献立

- ・里芋とあさりのご飯
- ・牛乳
- ・鶏肉の唐揚げ ・のり酢あえ
- ・大根と厚揚げのみそ汁
- ・みたらし団子

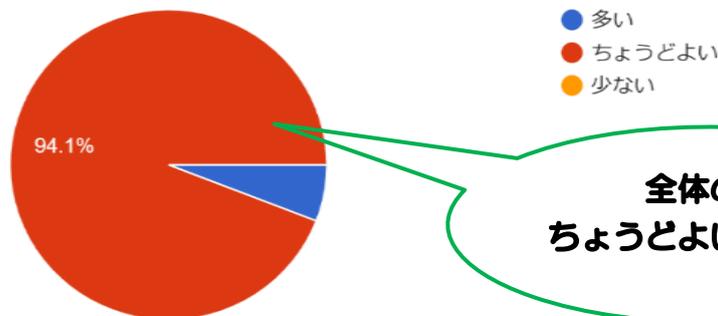
十五夜・お月見献立



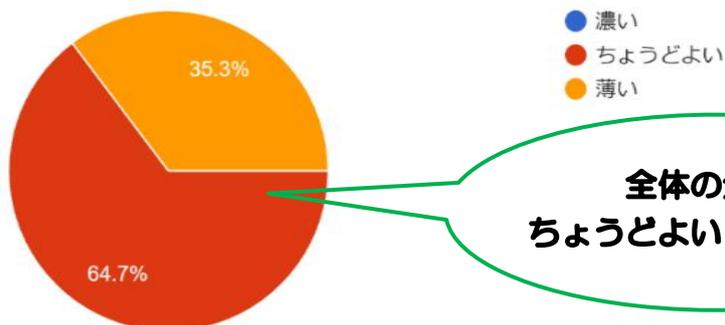
試食会アンケート結果

献立について

試食された献立について、全体の分量はいかがですか。
34件の回答



味付けはいかがですか。
34件の回答

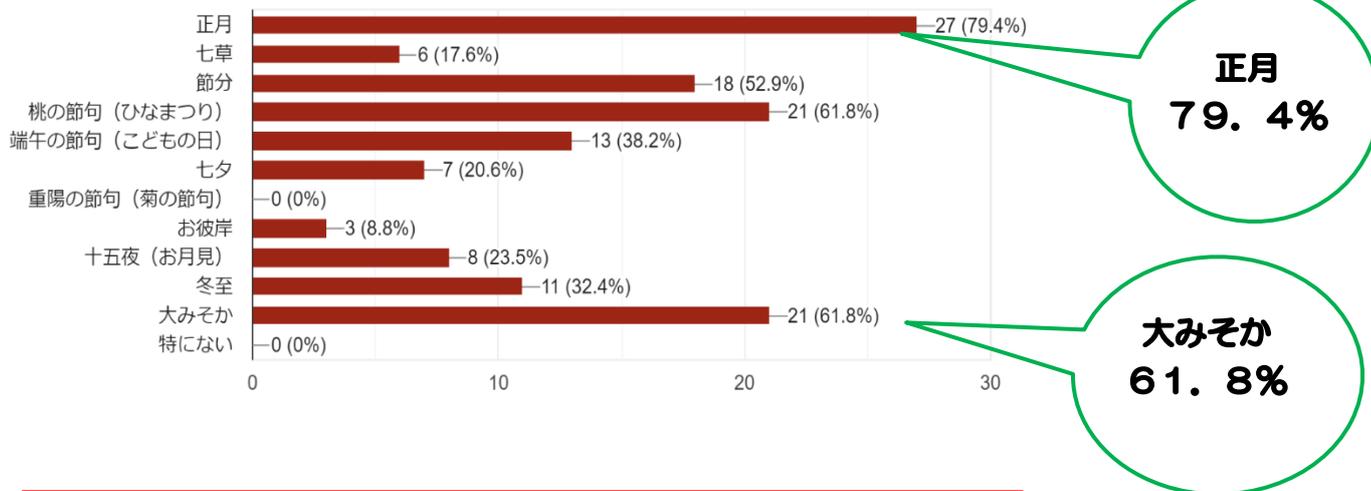


給食の使用塩分の基準は、1食2.0g未満（小さじ1/3杯程度）となっているため、家庭での味付けと比較すると全体的に薄味に感じる方も多かったように思います。今後も、塩分が少なくても美味しく感じられるような献立、調理の工夫をしていきます。

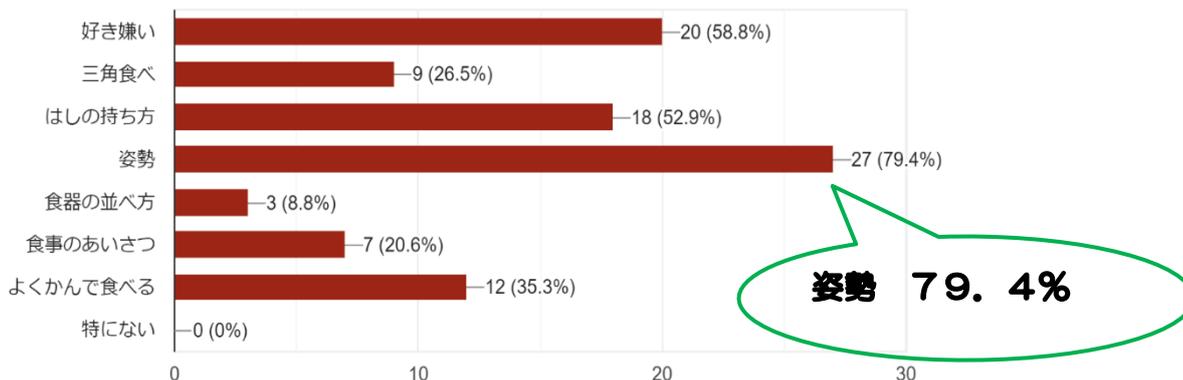
1日の食塩摂取量の約7割を調味料（しょうゆ、塩、みそなど）からとっています。食べ方では、1日2杯以上汁物を飲む人は、1杯減らすと、約1～1.2gになります。汁の量を減らすと、食塩カット、野菜もたくさん食べられます。

ご家庭で決まっている行事食がある伝統行事がありますか？

34件の回答



お子様の食事について日頃気にしていることはありますか？



試食会で食べてみたい献立はありますか？

- ・ソフト麺5人
- ・カレー4人
- ・揚げパン4人
- ・レバーのレモンソース
- ・ABC スープ
- ・キムチチャーハン（どんな味付けなのか気になる）
- ・豚キムチ丼2人
- ・スパゲッティ
- ・麻婆豆腐
- ・魚料理 等

試食会や給食に関するご意見・ご感想

- 家の味が濃いのだと感じました。
- とても美味しかったです。食べ残しが勿体なくて大人の時だけでも持ち帰りができたと思いました。
- おかずが少ないけど、あさりのご飯の味が薄く感じました。12時30分～参観だと、食べ終わっている子もいるようでした。
- 唐揚げ最高に美味しかったです。バランスがいい。ご飯が温かい。できたて。
- 美味しかったです！子供がうらやましいくらいでした。いつもありがとうございます。
- 細かく切っており、とても食べやすかったです。唐揚げはにんにくしょうががきいて、美味しかったです。
- バランス良く考えられた給食で、本当に有難いと思います。家庭での食事の参考になります。このような機会があり、子ども達の様子も見れてとても良かったです。
- 美味しい給食を提供して下さいありがとうございます。食育にも力を入れて下さっているので感謝でいっぱいです。今日頂いた給食も美味しかったです。

給食の配分量
★成長にあわせて配分量を変えています。

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
パン						
牛乳						
おかず						
						

5%ずつ差をつける

10%ずつ差をつける



学校給食の基準は、児童が1日に必要な栄養量の1/3以上摂取できるものになっています。これは、家庭で朝、夕食をとっていることを前提としていますので、バランスのとれた食生活をご家庭でも心がけていただけたらと思います。

その他にも、たくさんの貴重なご意見をいただきました。今後とも、安全で安心できる美味しい学校給食を提供していきます。ご協力ありがとうございました。

