



# 食育だより

令和4年4月号  
船橋市立八栄小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。今年度も安心・安全でおいしい給食を提供できるよう、職員一同心をこめて取り組みます。食育だよりでは、保護者の方に向けて、食に関する情報や学校給食の様子等をお知らせしていきます。どうぞよろしくお祈りいたします。

## ★船橋市の学校給食

- 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。
- 調理は手作りを基本にしています。
- 安全な食品を使用し、衛生的な調理を行います。
- 適温給食を心がけます。



牛乳（200ml）が毎日つきます。

主食は週3～4日が米飯です。パンや麺料理も提供します。

季節の旬の食材を積極的に使用します。野菜、豆、海藻など、不足しがちな食品を多く取り入れます。

## ★学校給食摂取基準

【児童1人1回当たり】

区分	6～7歳	8～9歳	10～11歳
エネルギー (kcal)	530	650	780
たんぱく質 (%)	摂取エネルギー全体の13～20%		
脂質 (%)	摂取エネルギー全体の20～30%		
食塩相当量 (g)	1.5未満	2未満	2.5未満
カルシウム (mg)	290	350	360
マグネシウム (mg)	40	50	70
鉄 (mg)	2	3	3.5
ビタミンA (μgRAE)	160	200	240
ビタミンB1 (mg)	0.3	0.4	0.5
ビタミンB2 (mg)	0.4	0.4	0.5
ビタミンC (mg)	20	25	30
食物繊維 (g)	4以上	4.5以上	5以上

- 給食では、1日に必要な栄養量の33%（不足しがちなカルシウムは50%、ビタミン類は33～40%）が摂れるように献立を作成しています。
- 塩分について、子供の頃からの減塩の習慣を養うねらいで、基準値が低く設定されています。給食では、「だし」のうま味を活かし、塩分を控えた味付けとなるよう心がけています。減塩は日々の食事の中で身につくものですので、ご家庭でも取り組んでいただけたらと思います。

(文部科学省)

### 献立および調理について

- 献立作成や食材発注、調理指示、衛生管理、食物アレルギーの対応は、栄養士が行います。
- 料理業務は昨年度に続き、シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社が行います。

### 給食当番について

- 教室での配膳は、児童が行います。当番の児童は週末に白衣を持ち帰ります。洗濯とボタンやほつれ等の補修をしていただき、週明けに持たせてください。
- 当番の際に使うマスクは、登校時に着用する物と兼用で構いません。

