

第1号



食育だより

令和7年4月 発行
船橋市立三山中学校
給食室



ご入学・ご進級おめでとうございます。新しい学年が始まりましたね。
わくわくした気持ちと不安な気持ちが入り混じっている人もいるかもしれません。
1年生は、初めての中学校給食、2・3年生は久しぶりの給食です。無理をせず少しずつ慣れていきましょう。1年生は14日（月）から、2・3年生は11日（金）から給食スタートです。食券の確認をし、忘れずに持ってくるようにしましょう。

毎日の給食を、次の選択に生かそう！

7月の給食の予約期間は、4月22日～5月7日です。お弁当の持参か、A給食か、B給食かをよく考えて選び、自分が食べられるものを選択してください。自分で責任をもって選択し、すべての料理を2/3以上は食べられるようにしましょう。苦手なものが入っていても一口も食べずに残すのはやめましょう。献立表にも料理の詳細をできるだけのせています。よく見て、考えて選択しましょう。

食券を間違えないで！！ よく見てね！

食券の日付、AかBをよく確認してください。欠席した日の食券を間違えて利用してしまう人がいました。食券を間違えてしまうと、他の人の給食がなくなることや、食物アレルギーの事故につながるためとても危険です。

A

○月×日
氏名

学校給食って何のため??

学校給食は「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されます。皆さんの体と心の成長のため、栄養バランスのとれた給食を提供しています。そして生涯をとおして望ましい食習慣と食事の自己管理能力を身に付けるための教材としての役割も担っています。



こうして、献立は決められる！

「学校給食摂取基準」では、エネルギーやたんぱく質など1日に必要な栄養量の3分の1程度、カルシウムなど家庭の食事ですぐに不足しがちな栄養素は2分の1を補えるように基準値が定められています。この決まりを守りつつ、生徒の実態や船橋市の実情に合わせて栄養士が献立を作成しています。また、船橋市内全校で「船橋産の旬の食材を食べて知る日」を毎月実施しており、三山中でも納品業者さんと相談しながら船橋産の食材を給食に使っています。

たくさんの人が関わってできる安全な給食

「学校給食衛生管理基準」では、調理員さんが健康であるか確認すること、爪の間もきれいに洗うこと、加熱をしたら温度をきちんと計測して記録することなどたくさんのルールが決められています。このルールを守り、安全で安心な給食を提供します。三山中の給食を作ってくださる調理員さんは、(株)東京ケータリングさんです。安全・安心な給食はもちろん、給食がよりおいしくなるように様々な工夫をしてくださる方々です。調理員さんをはじめ、食べ物の命、食べ物を作ってくれた生産者、運んでくれた納品業者さんなど多くの人のおかげで給食が食べられます。感謝の気持ちを忘れずに毎日の給食を味わいましょう。