



4月給食だより



令和6年4月
巨理町立学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。新入生のみなさんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。みなさんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。1年間よろしくお願いいたします。



学校給食について

学校給食の献立は、文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づいて作成しています。「学校給食摂取基準」では1日に必要な栄養量の1/3程度を基本とし、日頃の食事で不足しがちなカルシウムや鉄、ビタミン類、食物繊維は多めにとれるよう基準が定められています。



巨理町の学校給食は



- 主食・・・ごはん（週4回）月・火・木・金 米は町内産「環境保全米（ひとめぼれ）」を使用し、毎週火曜日・金曜日は栄養強化米入りのごはんです。
パン（週1回）水 国産小麦100%使用のパンです。
- 牛乳・・・毎日提供しています。200ccの紙パック入りです。
- おかず・・・一汁二菜の組み合わせで「主菜」「副菜」「汁物」が基本です。果物やデザートがつくこともあります。地場産品を献立に取り入れ、季節の味を生かした献立を心がけながら、安全な食材選びと衛生に配慮し、調理しています。

栄養強化米について



栄養強化米は、玄米を精米することで失われるビタミン（ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンB6、ナイアシン、葉酸、パントテン酸）と鉄分を精白米にコーティングしたものです。精白米と混ぜて炊飯することで、不足しやすい栄養素の充足が期待できます。炊き上がりが黄色く見えることがありますが、ビタミンB2によるものですので、味や品質には問題ありません。お子さんが安心して食べることができるように、家庭でもお話くださいますようお願いいたします。

給食費：令和6年4月から町に直接支払う「公会計」になりました
1食あたり保護者負担額 小学校 287円・中学校 336円

給食だより・
予定献立表について

- 4月分給食費口座振替予定額（1食単価×予定回数）
- ・巨理小学校（12回）：3,444円
 - ・荒浜小学校（12回）：3,444円
 - ・吉田小学校（13回）：3,731円
 - ・長瀬小学校（13回）：3,731円
 - ・逢隈小学校（12回）：3,444円
 - ・高屋小学校（13回）：3,731円
 - ・巨理中学校（13回）：4,368円
 - ・荒浜中学校（12回）：4,032円
 - ・吉田中学校（10回）：3,360円
 - ・逢隈中学校（14回）：4,704円
- ※口座振替額は、各学校・学年で喫食回数により変わることがあります。
- 4月分口座振替日は、5月31日（金）です。
- 口座残高をご確認いただき、前日までにご入金をお願いいたします。

今年度より、給食だより・予定献立表をA4サイズ（両面印刷）で配布します。

町のホームページでも確認することができます。

（巨理町HP画面→子育て・教育→学校教育（小中学校）→令和6年度給食だより）

ご活用ください。



4月予定献立表



*牛乳は毎日つきます

*○は栄養強化米入りです(火・金)

月	火	水	木	金		
8 始業式 始業式	9 入学式 入学式	10 ココアパン ソースハンバーグ ココココ野菜スープ ぶどうゼリー	11 ごはん 白身魚フライソースかけ 切干大根の炒り煮 キャベツのみそ汁 (豆腐・みそ)	12 ★セルフ豚丼 ★ごはん ★豚丼の具 ごぼうサラダ(きゅうり) 塩ワタンスープ		
吉中		荒中3年		荒中		
エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	574 23.4 16.4 2.1	736 28.7 19.7 2.6	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	618 22.3 24.9 2.7	773 26.6 29.6 3.5	
エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	599 28.6 27.2 3.0	746 34.3 32.8 3.6	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	630 28.0 23.7 2.6	783 33.2 27.8 2.9	
15 ごはん 肉だんご わかめとやしの和え物 (きゅうり) 花魁みそ汁(豆腐・みそ)	16 ごはん 春巻き チンジャオロースー 中華スープ	17 ミルクパン 鶏肉のマスタード焼き パンネミートソース ジュリエンヌスープ	18 ごはん さばの塩焼き こぐず(生揚げ) ひきな汁 (油揚げ・豆腐・みそ)	19 入学・進級 お祝い献立 ごはん ポークカレー キャベツとブロッコリーのサラダ お祝いいちごゼリー (荒中以外の学校)		
吉中		荒中3年		荒中		
エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	574 23.4 16.4 2.1	736 28.7 19.7 2.6	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	599 28.6 27.2 3.0	746 34.3 32.8 3.6	
エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	618 22.3 24.9 2.7	773 26.6 29.6 3.5	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	630 28.0 23.7 2.6	783 33.2 27.8 2.9	
22 ごはん 肉みそ(みそ) 小松菜のごま和え けんちん汁(豆腐) お祝いいちごゼリー(荒中のみ)	23 ごはん 花型豆腐ハンバーグ ポテトサラダ(きゅうり) うめん汁(油揚げ)	24 豆乳食パン(いちごジャム) メンチカツソースかけ 大豆とコーンのソテー ミネストローネ	25 ごはん 赤魚の照り焼き 五目きんぴら 玉ねぎと生揚げのみそ汁(生揚げ・みそ) アセロラゼリー	26 ごはん ギョウザ ホイコーロー(みそ) わかめスープ(豆腐) チーズ(中のみ)		
吉小・長小・達小・高小 巨中・吉中		吉中		巨小・荒小		
エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	589 24.6 17.0 2.3	726 29.1 19.0 2.7	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	626 22.8 17.7 2.4	788 27.7 20.5 2.7	
エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	679 24.4 30.5 2.9	804 28.6 34.7 3.3	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	615 26.8 15.0 2.5	750 31.8 16.8 3.0	
29 昭和の日	30 ごはん 豆腐の中華煮(豆腐) 海藻サラダ(きゅうり) ヨーグルト	おいしい給食 作ります!		※ <input type="text"/> は給食のない学校です。 (変更になっている場合があります。学校だより等でもご確認ください。) ※ 太文字 は巨理町の食材を使用した献立です。 ※ はスプーンのみでつく献立です。		
昭和の日	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	601 26.2 15.4 1.8	774 31.7 18.6 2.2	月平均 栄養価	小学校 (3・4年)	中学校
	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	589 24.6 17.0 2.3	726 29.1 19.0 2.7	エネルギー (kcal)	612	761
	たんぱく質 (g)	24.3	29.1	脂質 (g)	19.7	22.9
	塩分 (g)	2.4	2.8			

「学校給食」は「生きた教材」です!

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることなどを目的としています。単なる食事ではなく、教育の一環に位置付けられ、以下の7つの目標を達成することを目指しています。

● 学校給食の目標 (「学校給食法」第2条より)

- 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。

● 給食には、たくさんの学びが詰まっています

- 栄養バランス
- 食品の種類や特徴
- 感謝の心
- 食料の生産・流通・消費

- ふるさとの食文化
- よりよい人間関係の形成
- 食事の喜び・楽しさ
- 世界の食文化
- 食に関する知識・理解・関心
- 日本の伝統行事と行事食

今年度も、成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で、バランスのとれたおいしい給食の提供に努めていきたいと思っております。

1年間、よろしくお願いたします。