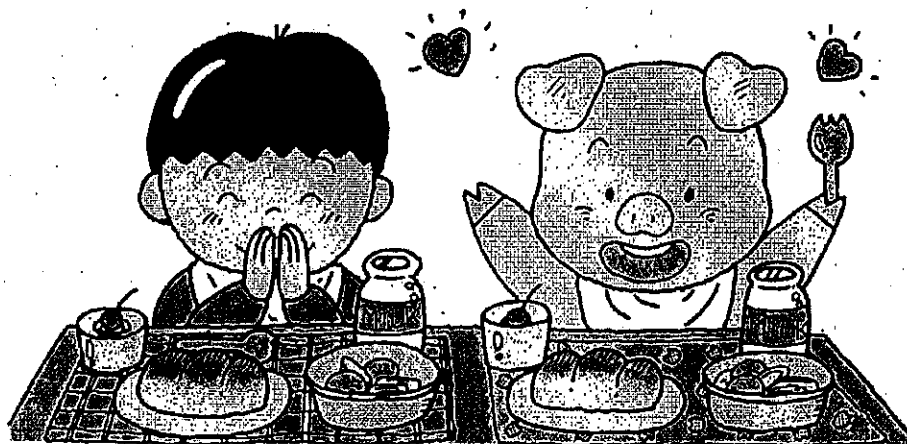


給食試食会のしおり





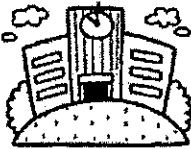

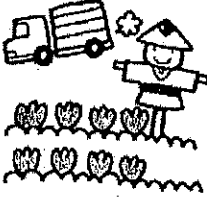
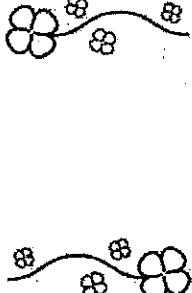
平成30年6月19日
世田谷区立明正小学校

学校給食について

学校給食の目標（学校給食法）

学校給食は教育活動の一環として行われます。「学校給食法」において、次の7つの目標が設定されています。

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p>
<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	

栄養管理

文部科学省の「学校給食摂取基準」をもとに献立を作成しています。学校給食は、一日に必要な栄養素の1/3を摂取する目標になっています。さらに、不足しがちで、成長期に欠かせないカルシウムやビタミン類などは、一日の1/2を摂取できるようになっています。

区分	基準値		
	低学年 (6~7才)	中学年 (8~9才)	高学年 (10~11才)
エネルギー	530kcal	640kcal	750kcal
たんぱく質	20g	24g	28g
脂肪	学校給食における摂取エネルギー全体の25~30%		
食塩	2g未満	2.5g未満	2.5g未満
カルシウム	300mg	350mg	400mg
マグネシウム	70mg	80mg	110mg
亜鉛	2mg	2mg	3mg
鉄	2mg	3mg	4mg
ビタミンA	150μgRE	170μgRE	200μgRE
ビタミンB1	0.3mg	0.4mg	0.5mg
ビタミンB2	0.4mg	0.4mg	0.5mg
ビタミンC	20mg	20mg	25mg
食物繊維	4g	5g	6g

全部
食べれば
栄養満点!



給食回数について

週5回 今年度は188回実施予定（遠足等があるため、実際の喫食数は183～187回）

給食を食べていれば、栄養管理は安心！？

365日×3食＝1095食

187食（給食）÷1095食＝0.17

給食は食事の17%

残り83%は家庭の食事です！

給食17%



家庭83%

給食費について

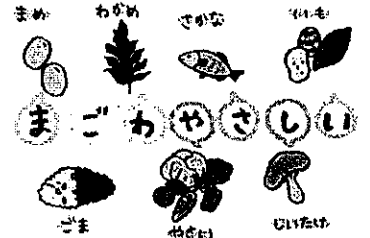
1食単価 低学年…244円 中学年272円 高学年294円

※給食費はすべて食材量費のみに使用します。

施設・設備費、光熱費、人件費、サンプル代などは区が負担します。

献立について

- ①栄養バランスだけでなく食体験を広げる意味からも、いろいろな食品を組み合わせるようにしています。特に不足しがちな豆類・種実類（ごま）・海藻類・小魚類・きのこ類・いも類を取り入れるようにしています。
- ②旬の食材を取り入れた季節感のある献立。
（春…たけのこ グリンピース 夏…枝豆 とうもろこし
秋…きのこ 栗 秋刀魚 冬…白菜 大根 など）
- ③日本の伝統文化の行事食や郷土料理を取り入れるようにしています。
- ④料理形態（焼く・煮る・揚げるなど）、味付け、彩りを考慮した組み合わせ。
- ⑤児童の嗜好、喫食状況（残食量）を考慮した献立。
- ⑥調理作業工程・動線などの衛生を考慮した献立。



給食の安全と衛生管理

- ①食材は、東京都が指定した業者や区や学校で契約した業者から購入しています。野菜は国産のもの、加工食品は添加物の少ないものを使用しています。（主な食材の産地は学校HPに掲載しています。）
- ②手作りを心がけています。餃子やコロケは一つ一つ作ります。カレーのルーやサラダのドレッシングも手作りで。だしは昆布やかつお節でとり、スープは鶏ガラや豚骨を煮込んで作ります。
- ③食中毒防止のため果物以外は加熱調理をしています。中心温度75度1分以上を必ず確認・記録しています。サラダのきゅうりも加熱殺菌をします。加熱しない果物などは専用のまな板・包丁を使います。
- ④各種検査・点検・記録を実施しています。（おかずの衛生検査、食器の残留物検査、薬剤師による給食室の環境検査、熱風保管庫の検査、給食従事者の細菌検査、放射性物質検査、調理機器の点検、水道水の残留塩素検査など）

アレルギー対応について

食物アレルギーによる対応を希望する児童については、医師の診断による書類（学校生活管理指導表）を基に、保護者・校長・副校長・養護教諭・栄養士（給食主任・担任）の面談を行った上で対応をしています。

*給食室で除去可能な料理（卵スープの卵除去、中華丼のいか・えび・うすら卵除去など）

→給食室で作った除去食を提供

*給食室で除去できない料理（パン、卵焼き、シチュー、果物など）→ご家庭から代替食持参

家庭数

2018年7月吉日

保護者の皆様

明正小学校PTA会長 倉谷 裕子
家庭教育学級委員長 西山 麻実子

2018年度 第1回家庭教育学級(給食試食会)のご報告

過日6月19日(火)、保護者の方々及び、地域の方々をお招きし、本年度第1回家庭教育学級給食試食会を開催致しましたのでご報告致します。

内容：本校栄養士 足達先生による給食に関するお話(ミーティングルームにて)
給食試食会(5年生各教室にて)

献立：ごはん

豆あじの南蛮あげ

野菜のごまあえ

沢煮椀

牛乳

当日の様子

当日は5年生の移動教室で空いた教室を利用して給食試食会を行いました。

約100名の保護者の方々、地域の方々がお集まりくださいました。

副校長先生や来賓の方々から思い出の給食のお話があり、特に揚げパンの話では、会場が和やかになりました。

足達先生より、献立について、美味しくて安心安全な給食の作り方、給食室の設備などのお話を伺い、子供のために細やかな配慮がされている事がわかりました。

給食試食会では「おいしい！」との声がたくさんあがり会話も弾み、楽しい会となりました。

参加者からのご意見 (一部抜粋)

- ・子供がいつもおいしいと言っている南蛮あげの味付けの良さに、濃ければおいしいというものではないことがわかりました。
- ・沢煮椀のだしの香りの良さに感激しました。
- ・カルシウム、ビタミンをたくさん入れていただいている事、旬を取り入れてくださっている事がわかり、嬉しかったです。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。