

平成28年5月31日(火)

世田谷区立桜町小学校
ランチルーム

桜町小学校の給食



<学校給食のねらい>

学校給食は、学校教育の一環として位置付けられています。「食事をする」だけでなく、指導の一環として、次のような「目的」のもとに行われています。

- ①食事についての正しい理解と望ましい食習慣を身につける
- ②マナーを守り、みんなと仲良く食事をするにより、好ましい人間関係を育てる
- ③自分から栄養に気をつけ、好き嫌いなく食べ、健康な体をつくる

<学校給食の栄養量>

学校給食における児童1人1回あたりの栄養摂取の標準

※文部科学省基準

区分	低学年(6~7歳)	中学年(8~9歳)	高学年(10~11歳)
エネルギー(kcal)	530	640	750
たんぱく質(g)	20	24	28
脂質	学校給食による摂取エネルギー全体の25~30%		
カルシウム(mg)	300	350	400
鉄(mg)	2.0	3.0	4.0
ビタミンB ₁ (mg)	0.3	0.4	0.5
ビタミンC(mg)	20	20	25
食物繊維(g)	4.0	5.0	6.0
食塩相当量(g)	2.0未満	2.5未満	2.5未満

<本校の給食の概要>

- ☆食数 950食(教職員を含む)
- ☆給食回数 187回
- ☆給食時間 12:20~13:00(40分間)
- ☆給食費

	低学年	中学年	高学年
1食単価	244円	272円	294円
月額	4148円	4624円	4998円

※徴収した給食費は、すべて食材料費として使用します。

※給食費は週5回、年間187回、1カ月を17回として計算しています。

☆給食従事者

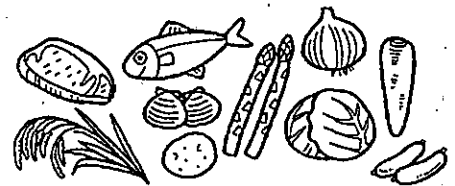
- 株式会社メフォス 社員5名・パート8名
- 学校栄養士 1名



<本校の給食の取り組みと工夫>

①物資の購入

- パン、麺、牛乳は、東京都で指定された業者より購入しています。その他の食品は年度初めに契約した業者から購入しています。
- 野菜や果物などの生鮮農産物は、国産品を使用しています。
- 使用する食材は、品質、賞味・消費期限および製造年月日、製造販売元、産地を確認します。
- 世田谷区教育委員会の指示により、当日の給食に使用する主な食材の産地を学校のホームページに掲載しています。



②衛生管理

- 野菜・果物は必ず3回以上流水で洗い、果物以外はすべて加熱します。
- 調理作業ごとに手洗いを励行しています。
- 作業中は常に白衣・マスク・帽子を着用し、作業内容によりエプロンおよび靴を交換します。
- 出来上がり品は、中心温度を測定します。(85℃1分以上の加熱)
- 食器や調理器具類は、洗浄後に熱風消毒保管庫で消毒・保管します。
- 調理従事者は毎日健康状態をチェックし、月2回の検便による細菌検査を行います。



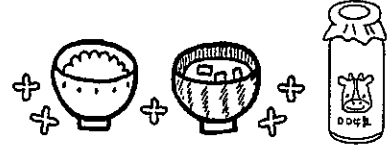
③本校の給食のこだわり

- ◎安全で、おいしく、衛生的であることを基本とし、手作り給食を心掛けています。
- カレーライスやシチュー類の「ルー」は学校で作ります。
- 「だし」は鶏ガラ・削り節・昆布でとり、料理ごとに使い分けています。インスタントの調味料は使用しません。
- サラダのドレッシングやデザートも学校で作ります。
- ぎょうざやハンバーグ、コロッケなども手作りで。

④給食内容と工夫

【給食内容】

- 低学年・中学年・高学年で、大きさや分量が変わります。
- 週3～4回は、主食をごはんとします。
- 魚を使用したメニューも取り入れています。
- 基本的に、栄養価の高い牛乳が毎回出ます。

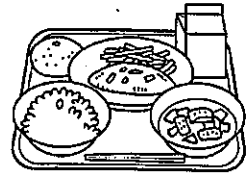


【工夫】

- 栄養バランスに配慮し、旬の食材やメニューを取り入れて季節感を大切にしています。
- 子どもに意見や感想を聞いたり、残菜量を確認して、子どもが食べたいと思う給食となるように努めています。
- ひとつでも多く食べず嫌いや好き嫌いが克服できるように、食材の調理方法を工夫しています。

例) 野菜 →ごぼうチップサラダ、切干大根サラダ など

大豆加工食品 →キーマカレー、ふわふわそぼろ丼、ハンバーグ など



⑤食器について

強化磁器食器を使用しています。

種類は、平皿・小皿・おわん・丼ぶり皿の4種類で、献立に応じて使い分けています。

はし・スプーン・フォークも同様にして使い分けています。

※破損が多いため、食器の扱いについても指導しています。

⑥食物アレルギーの対応

食物アレルギーをもつ児童には、原因となる食物を除いたメニューを個別に出しています。

○申し出があった場合、保護者との個人面談後、毎月献立表のやりとりを行います。

○除去対応メニューは、アレルギー専用の調理スペースで調理しています。

○除去対応のある日は、栄養士・調理員・担任による三重チェックを行います。

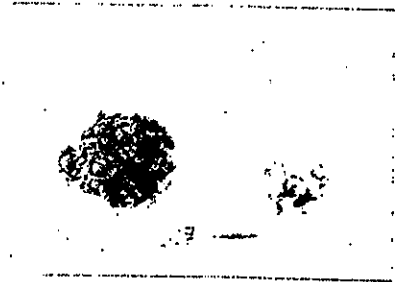
◎対象児童のもとに確実に提供できるように、細心の注意を払っています。

<桜町小学校の給食>

○お誕生日給食：毎月、お誕生月のお友だちに給食委員会がお誕生日カードを渡します。

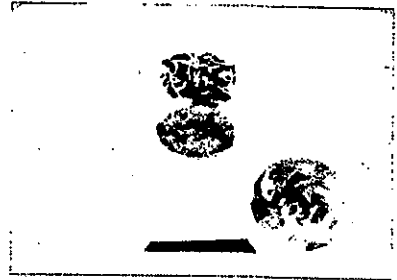
当日の給食は、手作りのデザートがつきます。

- 例) ・ マーマレードケーキ
・ いちごマフィン
・ チーズケーキ
・ プリン など



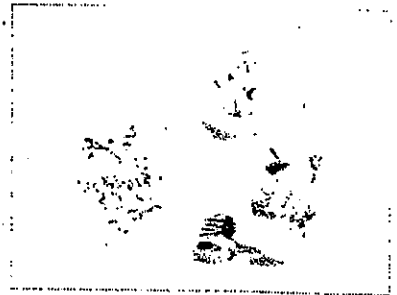
○郷土料理給食：毎月1回、日本各地の郷土料理が出ます。

- 例) ・ 深川めし (東京都)
・ ゼリーフライ (山梨県)
・ 長崎ちゃんぽん (長崎県)
・ どんどろけめし (鳥取県) など



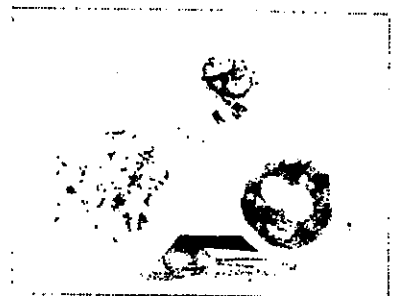
○世界の料理給食：毎月1回、世界各国の料理が出ます。

- 例) ・ ナン&キーマカレー (インド)
・ フォー・ガー (ベトナム)
・ ポルシチ (ロシア) など



○6年生提案給食：6年生が家庭科の授業で考えたメニューが実際の給食に出ます。

- 例) ・ ぎょうざ風チャーハン
・ いわしハンバーグ
・ イタリアン風肉じゃが
・ そばめし など



○行事給食：季節や行事に応じた給食が出ます。

例)・学校給食週間(くじらのたつたあげ、カレーチューなど)

- ・お正月給食(松風焼き、白玉雑煮)
- ・ひなまつり給食(ちらしずし)
- ・端午の節句給食(中華ちまき)
- ・開校記念給食(お赤飯)
- ・運動会応援給食(カツカレー) など



○ランチルーム給食：学期に1回ランチルームで給食を食べます。教室とは異なる雰囲気の中で楽しく給食を食べることが目的です。

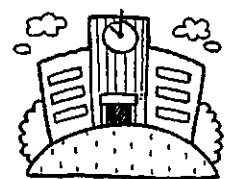
○敬老交流給食：2年生が自分のおじいさんやおばあさんを招待して、一緒に給食を食べながら交流します。



「食育」の実践 ～家庭での会話が大切です～

子どもたちが給食を楽しみにしてくれるような、そして子どもたちの健やかな成長を手助けできるおいしい給食を作ることができるように、これからも努めてまいります。

ぜひ、ご家庭で「今日の給食はどうだった?」「明日の給食はなんだろう」などと給食の話題を出していただけたらと思います。食に関する興味・関心を高めることが「食育」の第一歩となります。ご理解とご協力をお願いいたします。



今日の献立

★今日の給食★

丸パン
牛乳
コロッケ
フレンチサラダ
コンソメスープ

【栄養価】

エネルギー 579kcal

たんぱく質 20.2g

【フレンチサラダ】

※子どもたちに大人気のサラダです。

(一人分量)

キャベツ	41g
だいこん	13g
きゅうり	7g
たまねぎ	1g
りんご	1g
油	1g
酢	1.1g
さとう	0.4g
塩	0.3g
こしょう	0.01g
マスタード	0.03g

【コロッケ】

※コロッケは手作りです。

(一人分量)

じゃがいも	45g
油	0.5g
たまねぎ	28g
にんじん	4g
豚ひき肉	19g
塩	0.2g
こしょう	0.03g
ポテトパウダー	5.5g
塩	0.1g
水	5g
小麦粉	4.5g
パン粉	5.6g
油	5g
中濃ソース	4.5g
ウスターソース	2g

【コンソメスープ】

(一人分量)

水	125g
鶏ガラ	4.5g
ベーリーフ	0.01枚
油	0.4g
ウィンナー	4g
たまねぎ	16g
じゃがいも	20g
キャベツ	14g
にんじん	5g
しめじ	3g
塩	0.9g
こしょう	0.02g
しょうゆ	0.45g
白ワイン	0.6g
パセリ	0.5g

【牛乳】 200ml(1本)