

新しい学年での生活がスタートしました。学校給食では、栄養バランスのとれた食事子ども達の健やかな成長を支えています。また、行事食や郷土料理をとりいれ食文化の伝承をしたり、旬の食材や地場産物の活用をすすめていります。安全や衛生面に配慮しながら、心を込めて給食作りに努めてまいりますので、1年間よろしくお願ひいたします。

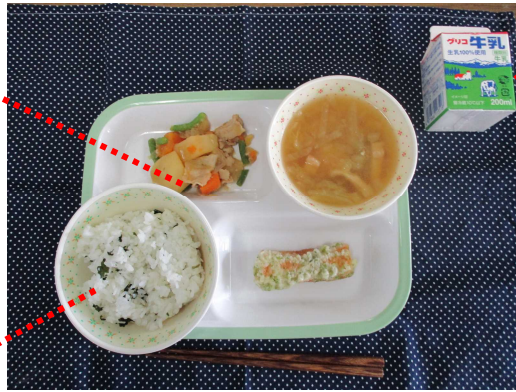
子ども達の成長を支える給食

学校給食は、成長期に必要なエネルギーや栄養素がしっかりとれる大切な一食です。



おかず

魚や肉、野菜、海藻、きのこ、豆などいろいろな食材を使い、栄養のバランスを考えた料理で、薄味を心がけています。たんぱく質や脂質、ビタミン、無機質をとることができます。



飲み物(のみもの)

毎日牛乳が1本(200ミリリットル)つきます。牛乳は成長期に必要なたんぱく質やカルシウムをしっかりとることができます。月1回程度、ミルクコーヒー、乳酸菌飲料やフルーツジュースがつきます。

主食(しゅしょく)

主にごはんやパンや麺もあります。炭水化物をとることができ、エネルギーの源になります。

みんなが安全に楽しく食べるために～食物アレルギーについて～

食物アレルギーのある人もない人も、みんながアレルギーについて正しく知ること、事故を防ぎ、安全に楽しく食べられます。

- 食物アレルギーには、「体がかゆくなる」「おなかが痛くなる」「息が苦しくなる」など様々な症状があります。
- 食物アレルギーは好き嫌いとは違います。
- 食物アレルギーがある人は給食で食べられないものがあったり、違う物を食べたりすることがあります。
- その食べ物を食べなくても触れたり、吸い込んだりするだけで症状がでてしまうことがあるので、牛乳パックを折りたたむ、配膳台を拭くなど学校生活の中でできないこともあります。
- 自分になにか変わったことが起きたとき、友達の様子がおかしいと思ったら、すぐに周りの大人に知らせるようにしておいてください。

学校給食で使用する食品には、アレルギー原因食品でなくても、同じ施設内でアレルギー原因物質をふくんだ食品を使用・製造している可能性があります。また、「しらすぼし」「ちりめんじゃこ」「わかめなどの海藻類」「あさりなどの貝類」には小さな「えび」「たこ」「かに」などが混入している場合があります。「ちくわ」「かまぼこ」などの練り製品は、原材料の魚介類が「えび」「いか」などをえさにしている場合があります。詳しくは、学校給食センターまでお問い合わせください。

毎月 献立表を配布します



ご家庭での食事作りの参考にするなどご活用ください。料理名と使用する主な食材も記載されています。給食で初めて食べた食品でアレルギーを発症するケースがありますので、食べたことのない食品がある場合はご家庭で事前に食べてみることをおすすめします。朝登校する前に「今日の給食はカレーライスだよ!」、夕方に「今日の給食はおいしかった?」などと給食のことを話題にさせていただくと、子どもの食への興味関心が高まりますので、声かけをよろしくお願いいたします。