



給食だより 4月号

2017.4.20

さいたま市立桜木中学校 給食室

ご入学・ご進級おめでとうございます。学校給食は食事をするだけでなく、「食」について学ぶ大切な教育活動の一環として実施されています。具体的には以下のような内容で実施されています。

【学校給食の目標】

- 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る。
- 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、望ましい食習慣を養う。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 7 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導く。 (学校給食法より)

【学校給食の食事内容】

主食（ごはん・パン・麺等）、牛乳、おかずを組み合わせた栄養バランスのとれた食事です。手作りを心掛け、出来るだけ家庭の食卓に近い料理を作っています。食器は陶器に近い強化磁器食器を使っています。落とすと割れてしまうので気を付けて使しましょう。

- ・日本型食生活を大切にして、郷土の味や行事食を取り入れています。
- ・安心・安全な食事を提供するために、食材料の吟味をしています。
- ・素材から手をかけ手作り給食を心掛けています。
- ・旬の食品を使い、素材の味を大切にしています。
- ・かむ習慣をつける料理を取り入れています。

- ・味付け、料理方法（煮物・焼き物・蒸し物、揚げ物・和え物）や組み合わせ（和・洋・中）を考慮しています。
- ・栄養バランスの取れた献立を実施しています。家庭では調理されにくい食品も出来るだけ多く使用し、食塩や脂質の取り過ぎに注意し、食物繊維の摂取に心掛けています。

【給食費】

給食費は、1ヵ月4,800円で1食298円です。食材料費のみに使われ、給食を作るために必要な光熱費・水道費・人件費・施設設備費等はさいたま市が負担しています。

【だれが作っているの?】

献立作成・食材料の注文は学校職員の栄養士がおこないます。調理は委託業者の株式会社グリーンハウスの調理員9名が担当しています。

【行事食等】

季節の献立、日本各地の郷土料理、地元の野菜を使った地産地消献立、生徒が考えた献立、世界の料理などがあります。

