

給食だより



ご入学・ご進級おめでとうございます

希望に満ちた新年度の始まりですね。入学・進級に合わせて、それぞれ給食の量も少しずつ増えます。始めは、多いなと感じる給食も、夏ごろには食べられるようになります。心もからだも大きく成長するためには、毎日の食事がとても大切です。しっかり食べて、元気に学校生活を送れるようにしましょう。給食室では、皆さんに喜んでもらえる“安心安全でおいしい給食づくり”に毎日取り組んでまいります。

学校給食について

学校給食は、「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。ご家庭におかれましても、より一層のご理解とご協力をお願いします。

学校給食の目標

学校給食法より

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。
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。

学校給食の食事内容

主食（ごはん・パン・めん）、牛乳、おかず（主菜・副菜）を組み合わせた栄養バランスのとれた食事です。

・日本型食生活を大切にして、昔から伝わる行事食や郷土料理を取り入れています。

・旬の素材を使い、季節の味・自然の味を大切にしています。

・埼玉県産の食品を多く使用しています。



・豆類やいも類・野菜など、家庭で摂取しにくい食品を多く使用しています。

・食品添加物や遺伝子組み換え食品などは、できるだけ使用せず、安全な食品を利用しています。

学校給食の栄養所要量の基準

給食は、一日の食事の1/3（3食のうち1食）ですが、その基準量は家庭で不足しがちな栄養素を考慮して決められています。特にカルシウムは、一日に必要な量の50%を摂取できます。下の表は、年齢に応じた栄養価を記しています。毎月の給食予定献立表に記載されている栄養価については、児童8～9歳を代表して掲載しています。（☆印）

	エネルギー	たんぱく質	脂質	ナトリウム (食塩相当量)	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	(Kcal)	(g)	(%)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(μgRE)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)
☆ 児童(6～7歳) 1食あたり	530	の取学 1工校 3ネ給 %ル食 5ギに 21よ 0全る %体摂	の取学 2工校 0ネ給 %ル食 5ギに 31よ 0全る %体摂	1.5未満	290	40	2	160	0.3	0.4	20	4以上
児童(8～9歳) 1食あたり	650			2未満	350	50	3	200	0.4	0.4	25	4.5以上
児童(10～11歳) 1食あたり	780			2未満	360	70	3.5	240	0.5	0.5	30	5以上

※表に掲げるもののほか、亜鉛についても配慮しています。

給食費・給食回数について

(さいたま市内は同一の取扱いとなります)

給食費は月額4,380円（1食単価 260円）です。

※ただし1年生は4月の給食が1週間遅れて開始のため、4月のみ3,080円とします。

8月の給食費（3日分）については、9月分に含めることとし、11か月分の徴収となります。

これは原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で負担しています。

◎給食回数について

給食回数は、年間185回（予定）です。（ただし1年生は4月の給食が5日間少ないため、180回です。）

行事等の関係で、給食回数が年間185回に満たない学年につきましては、年度内におかずやデザート等で調整いたします。

◎欠食の際の給食費返金について

連続5日（土・日・祝日は含まない）以内の欠食については、給食費の返金はありません。

連続6日（土・日・祝日は含まない）以上の欠食については、届出日の翌々給食実施日から日割り計算で返金を行います。（届出日の翌給食実施日は返金を行いません。）

給食停止の届出はお早めをお願いします。



☆ 給食室より ☆

与野南小学校では、栄養教諭の富川直美と、委託調理会社 JGS（株）の調理員8名で、給食を作ります。給食室で一丸となって、児童のみなさんが元気に勉強や運動に励むことができるように給食からサポートしていきたいと思えます。1年間、どうぞよろしくお願ひいたします。