



給食だより

令和8年度 4月号
那須烏山市学校給食センター
TEL : 88-2135
FAX : 88-0168



ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新年度のスタートです。今年度も、成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、安心・安全に留意し、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思っております。1年間よろしくお願いいたします。

学校給食の役割



栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。



給食時間における準備から片付けの実践活動を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。



学校給食について



- ごはん** 週3回（月・火・木曜日） 月に一度、金曜日がごはんの日になります。
- パン** 週2回（水・金曜日）
パンの日は麺（スパゲッティ・ラーメン等）になることもあります。
- 牛乳** 栃木県産の牛乳（200mlの紙パック）です。
- おかず** 決められた栄養量をみたすよう、いろいろな調理法で献立の多様化を図っています。また、栃木県産の旬の野菜を使用しています。

学校給食は、ごはんやパンなどの主食に、肉・魚・卵などを使ったメインのおかず（主菜）と、野菜などを使ったおかず（副菜）を組み合わせています。文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要なエネルギーや栄養量の約3分の1程度がとれるようにしています。日頃の食事では不足しがちなカルシウムや鉄分、ビタミン類、食物繊維などは多めにとれるように基準値が決められています。また、生活習慣病予防のため、減塩に取り組み、うす味を心がけています。

給食当番の衛生チェック

- 髪の毛が出ないように帽子をかぶる
髪が長い人は **○** **×**
結びましょう
- マスクで鼻と口をおおう
○ **×**
- 清潔な白衣（エプロン）を身につける
+ **×**
- 清潔なハンカチを用意する
+ **×**
- 手はせっけんできれいに洗う
爪は短く切って **○** **×**
おきましょう
- おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。
- 白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

～保護者の方へのお願い～

月に1回配付する献立予定表には、献立の内容、おもな使用食材、栄養量などが掲載されています。献立表で子どもたちが給食でどのようなものを食べているのかご確認ください。また、ご家庭でも普段から給食の話題を取り上げていただければ幸いです。