

4月給食だより

令和6年度4月号
清瀬市立清瀬第五中学校
校長 堀内雅之
栄養士 加藤愛子

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

「学校給食」は **生きた教材** です！

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることなどを目的としています。

給食には、たくさんの学びが詰まっています...



〇保護者のみなさまへ



～献立表の活用について～

毎月、献立表と給食だよりを発行します。今年度も食育の観点から行事食や旬の食材を使った献立を予定しています。ぜひご家庭でも話題にしてください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出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勧めします。



出典：学校給食4月号

給食の決まり★食事のマナーを守りましょう

| | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| <p>給食の前に、机の上を片付けましょう。★</p> | <p>手をきれいに洗いましょう。</p> | <p>給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。</p> |
| <p>協力して準備をしましょう。</p> | <p>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。</p> | <p>姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。</p> |
| <p>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</p> | <p>時間内に食べ終わるようにしましょう。</p> | <p>食器は大切に扱いましょう。</p> |

～学校給食の献立作成に使用する食品成分表の改訂について～

清瀬市では、食品成分表の改訂に伴い、これまで「食品成分表(七訂)」を利用して学校給食の栄養計算を行っていましたが、令和6年度4月より「食品成分表(八訂)」を活用して行っていきます。

新しい食品成分表では、エネルギー(単位 kcal)の算出方法が大きく変わったため、今までと全く同じ給食内容や提供量でもエネルギーが約5%程度少なく算出されます。献立表に掲載される数値はエネルギー量が減少して表示されますが、内容や提供量は昨年度と変わりありません。また栄養が不足する、食べる量を今までより増やさなければならない、ということでもありません。

今後も生徒達へ適切な栄養を供給できますよう努めて参りますので、ご理解のほどよろしくお願い致します。