

4月

給食だより

令和3年4月6日

外野小学校 日

入学・進級



ご入学・ご進級おめでとうございます。

これから一年間、お子さんたちが健やかに成長していくために、栄養バランスのよい給食を提供していけるように努めます。そして今年度も本校では食育活動を積極的に行いたいと思います。学校と家庭と連携し、児童の健全な育成に努めてまいりますので、どうぞよろしくお願いたします。



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態度を養うこと。

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。

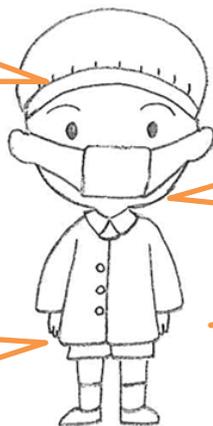
7
食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



給食当番の身じたくのポイントのポイント

髪の毛をきちんと帽子に入れる。(料理に髪の毛が入らないようにするため、しっかりかぶる。)

手をきれいに洗う。(手には細菌やウイルスがたくさん付着するので、石けんをつけてしっかりと洗う。)



マスクで、鼻と口を覆う。(料理に唾液が入らないようにするため、鼻の中の細菌やウイルスが飛ばないようにするため、しっかり身に付ける。)

つめを短く切る。(つめの中には汚れがたまりやすいため、短くする。)

＊ ひたちなか市の学校給食について

ごはん 米はひたちなか市産「コシヒカリ」を使用しています。ごはんの日は週2～3回です。混ぜごはん、変わりごはんもあります。



パン 副食(おかず)と調和するように、甘味や油脂分を抑えています。食パン、黒パン、ミルクパン、ココアパン、米パンなどいろいろな種類のパンが出ます。週2回程度です。



牛乳 茨城県産の牛乳です。毎日200mlを出しています。発育期の児童生徒の骨格、筋肉、血液を作るうえで欠かせないカルシウムやたんぱく質を効率よくとることが出来ます。



おかず 季節感があり、和食・洋食・中華とバラエティに富んだ献立を心がけています。また、主食とのバランスをとり、薄味を基本として食材の持ち味を大切にしています。



栄養量 一日に必要な量の1/2～1/3が摂れるようにつくられます。

《学校給食の放射性物質検査について》

学校給食に使用する食材及び1食分の放射性物質検査を行っています。現在、学校給食で使用する食材の検査は、1日あたり6品目を選定して実施しています。また、共同調理場*については、毎日2品目を検査しています。

調理済みの学校給食1食分の検査については、単独調理校及び共同調理場で交互に週1回実施しています。

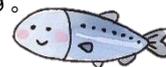
なお、平成23年11月から令和2年度までの検査結果はヨウ素131、セシウム134、セシウム137とともに、すべての品目について不検出でした。詳しくはひたちなか市ホームページ

(<https://www.city.hitachinaka.lg.jp/soshiki/15/3/2/index.html>)をご覧ください。

*共同調理場とは、学校給食センター及び那珂湊第三小学校共同調理場を指します。

魚(とと)を食べよう

ひたちなか市では、平成28年4月1日に「魚食の普及推進に関する条例」が制定されました。10月10日は「魚(とと)の日」、8月8日は「タコの日」、毎月10日は「魚食普及推進日」です。学校給食では、積極的に魚料理を取り入れており、ひたちなか市で水揚げされた魚介類や加工タコも使用しています。



外野小学校の給食室は調理員9名、栄養教諭1名で約860食の給食を作ります。給食の様子は本校ホームページに掲載しますので、ぜひご覧になってください。

よろしくお願いいたします

