

給食だより



ひたちなか市立学校給食センター

4月の目標
給食の準備や
後片付けを
きちんとして

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きます。毎日の生きた教材である「学校給食」を通して、食に関する正しい知識と食習慣を身につけていってほしいと思います。ぜひ、ご家庭でもお子さんと給食について話題にしてみてください。

給食の約束

学校給食は、「昼ごはん」の役割だけではなく、食べ物や栄養、食事のマナーなどを学ぶ場でもあります。給食の約束を守って、友達や先生と楽しい給食の時間を過ごしましょう。

手をきれいに洗いましょう



給食の準備・後片付けに
協力しましょう



感謝の気持ちをこめて
食事のあいさつをしましょう



姿勢をよくして食べましょう



マナーを守って食べましょう



好き嫌いせずに食べましょう



給食当番の身支度

身支度が整っているかチェック
してみましょう。



帽子に髪の毛をきちんと
入れた

マスクは鼻までおおっている

手を石けんできれいに
洗った

清潔な白衣を着ている

爪を短く切っている

ひたちなか市の学校給食

- 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。ごはんを主食とする日は、週に2~3回です。五目ひじきごはんや鶏ごぼうごはんなど、混ぜごはんの日もあります。
- 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。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、血液を造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、地場産の食材（野菜・魚介類など）を取り入れています。

魚を食べよう！

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、地産地消を推進するとともに、“お魚のまち”であるひたちなか市の魅力を発信するため、毎月の献立に積極的に魚料理を取り入れています。今年度も、地域で水揚げされる魚やその加工品を給食に取り入れ、子どもたちへ魚食についてPRしていきます。

《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。