

# 食育だより



令和5年度 4月号  
 調布市立富士見台小学校  
 校長 小俣 弘子  
 栄養士 山本 美杏

## ご入学・ご進級おめでとうございます



花の便りが各地で聞かれる季節になりました。いよいよ新年度のスタートです。子どもたちが元気に学校生活を送れるように、安心・安全に留意し、心を込めて給食を作っていくしたいと思います。1年間どうぞよろしくお願い致します。

**給食室の紹介** 調理業務：8名（今年度も引き続き東洋食品株式会社に委託されました。）  
 栄養士：山本 美杏 今年度より異動してきました。よろしくお願ひします。



ご家庭へのおしらせとお願い



### 給食等を通して学び、身に付けたいこと（食育の視点）



**食事の重要性**  
 おいしいね  
 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。

**心身の健康**  
 健康！  
 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身につける。

**食品を選択する能力**  
 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。

**感謝の心**  
 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。

**社会性**  
 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。

**食文化**  
 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

### 給食費

保護者の皆さまにご負担いただく給食費は食材費のみで、それ以外の人件費や施設・設備にかかる経費は含まれません。子どもたちへ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ので、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。



### 献立表・食育だより

毎月、献立表と食育だよりを作成し、学校全体クラスルームとHPにアップします。目を通していただき、ご家庭の献立や食生活の参考に活用ください。



### 栄養管理と献立作成



栄養士が献立作成しています



「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事では不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。

「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

### 衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき、衛生管理の徹底に努めています。

<p><b>調理員は健康</b>                  チェックをし、身だしなみを整えています。</p>	<p><b>野菜・果物は流水で3回以上洗います。</b>                  ※食材に異物混入がないかもチェックします。</p>	<p><b>生で食べるミニトマトや果物を除き、すべて加熱します。</b>                  ※加熱した食品は、中心温度を測定します。</p>	<p><b>調理後2時間以内に喫食できるよう、時間を考えて調理します。</b></p>
--	---	--	---

### こんだて表の活用法

ななさんの家では...  
 タコごはんとかぶらないようにチエック!

好みなメニューをチエック!  
 ジローさんの家では...  
 のかしー!

栄養バランスのお勉強に!  
 くみさんの家では...  
 じゃがいも



給食当番は1週間の交代制です。週末に給食着を持ち帰りますので、次に使うお着が気持ちよく着られるよう、洗濯とアイロンがけをお願いします。次の登校時に、忘れずに持たせてください。

