

給食だより

平成22年4月 さいたま市立大宮北小学校

校長 名倉 稔夫

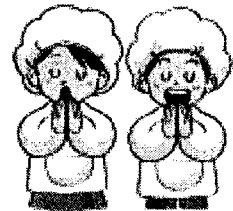
ご入学、ご進級おめでとうございます。

<心と体を育てる学校給食>

学校給食は、教育の一環として特別活動に位置付けられています。成長期の子ども達に、食生活に関する知識や理解を深めていくことをはじめ、心の交流の場としても大きな意義を持っています。また、望ましい食生活を身に付けることで子ども達が生涯にわたって健康でいられるようにするものです。そのためには、家庭と学校との連携を大切に指導してまいりたいと思います。ご家庭におかれましても、より一層のご理解とご協力をお願いいたします。

※学校給食の目標※

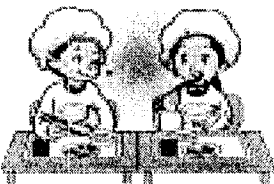
- ① 日常生活における食事について、正しい理解と望ましい習慣を養うこと。
- ② 学校生活を豊かにし、明るい社交性を養うこと。
- ③ 食生活の合理化、栄養の改善及び健康の増進をはかること。
- ④ 食糧の生産、配分及び消費について正しい理解に導くこと。



※学校給食の栄養※

1年生と6年生を比べて見たことがありますか？小さくてかわいらしい1年生が、大きくてたくましい6年生に成長します。小学校の6年間は子ども達の成長にとって特に大切な時期です。バランスのとれた食事がとても大切です。

学校給食では、子ども達が1日に必要な栄養量の1/3がとれるようになっています。また家庭でとりにくいカルシウムは必要量の1/2がとれるようになっています。



※食事の内容※

- * 主食(ご飯・パン・めん)、牛乳、おかず(主菜・副菜)を組み合わせた栄養バランスのとれた食事です。
- * 日本型の食生活を大切にして、昔から伝わる行事食や郷土料理を取り入れます。
- * 旬の食材を使い、季節の味と自然の味を大切にしています。
- * 脂質のとりすぎを防ぐため、一食にしめる脂質の割合が25~30%以内になるようにしています。
- * 豆類やいも類、野菜など家庭で摂取しにくい食品を多く使用しています。
- * 食品添加物や遺伝子組み換え食品などについてはできるだけ使用せず、安全な食品を利用します。
- * ご飯は埼玉県産のお米、うどんや一部のパンには埼玉県産小麦粉を使用しています。

※給食費と回数※

- ☆ 給食費は、1ヶ月3,800円です。(年11回徴収・1食232円) ※1年生は4月のみ2,640円です。
- ☆ 給食費はすべて食材料費に使用します。
(人件費・設備費・水道代・光熱費は公費負担です。)
- ☆ 給食回数は、年間180回です。(1年生は175回)
- ☆ 給食費の減額は、連続5日を越えて欠食の場合、届け出の翌々日からとなります。連続5日以内の欠食は減額しません。

