



つまきくひょう
月目標

きゅうしよく ままも たのしい しょくじ
給食のきまりを守って楽しい食事にしよう。

Table with columns for Day, Main Food, Dairy, Side Dish, Red Foods, Green Foods, Yellow Foods, and Nutritional Values. Rows include dates from 7th to 28th of the month.

※ ごはんは大麦入りです。

※ 食材の関係で献立を変更する場合があります。

給食当番の衛生手配

Illustrations and text for food service hygiene: hair covering, mask use, hand washing, apron use, and clean handkerchiefs.

Illustration and text: White clothes on the bed, food service items, and instructions to place them properly.

【お願い】 White clothes etc. are returned on weekends, please wash them. Includes an illustration of a white apron.

食育だより



令和4年度
4月号

(毎月19日は食育の日)

中野市 南部学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も、新型コロナウイルス感染症対策を取り入れた「新しい生活様式」を踏まえ、制限の多い給食時間となりますが、皆さんが楽しみになるようなおいしい給食を提供していきたいと思っています。1年間、よろしくお願ひ致します。

新しい生活様式を踏まえた 給食時間の約束

<p>教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。</p>	<p>給食の前後に、せっけんできれいに手を洗きましょう。</p>	<p>給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくを整えましょう。</p>
<p>マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしましましょう。</p>	<p>姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。</p>	<p>食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。</p>

【給食の内容】

ごはん …週4回(月・水・木・金曜日)

- 中野市産米(コシヒカリ)に食物せんい豊富な大麦を5%加え、市内の業者さんに炊いていただいています。
- 米の量は、小学校1年生60g、小学校低学年70g、高学年80g、中学校90gです。

パン …週1回(火曜日)

- 甘みをおさえた添加物の少ないパンです。
- コッペパンや食パン、米粉パン、黒糖パン、パンキンパンなどがあります。
- 小麦粉の量は、小学校低学年60g、高学年70g、中学校90gです。

牛乳 …毎日1本(200cc)つきます。長野県産生乳100%です。

- おかず**
- だしは化学調味料は使わず、天然の味を大切にしています。
 - 加工食品を選ぶときは、添加物の少ないもの、化学調味料を使用していないものを選んでいきます。
 - できるだけ国産のものを使用し、市内産・県内産を優先して使用します。

学校給食について



学校給食とは



学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p>	<p>2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。</p>	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>
<p>4 自然の恩恵への理解を深め、生命・自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p>	<p>5 食生活が多くの人々の勤労を支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p>
<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>		

玉ねぎ成長日記



たまねぎ畑も晩秋から春へと季節が巡りました。今年の冬は10数年ぶりの大雪。3月上旬、まだまだ厚く雪に覆われていた畑も1週間ほどたったある日、大雨でマルチのシートを隠していた雪が解けて、苗が見え始めました。厚く積もった雪の下で春が来るの待ちわびた、玉ねぎの苗も、これからはあたたかな日差しを浴び、栄養を蓄えながらグングン成長していきます。

雪が解け、力強く伸びようとしていく苗(3月15日撮影)

【給食費について】

小学校	低学年	1食	247円
	高学年	1食	268円
中学校	中学校	1食	309円

*ご家庭からいただく給食費は、すべて食材料費に使用します。人件費・光熱費は含みません。

