



給食だより

令和5年4月

白山市立蝶屋小学校



4月「給食のきまりをまもろう」

ご入学・ご進学おめでとうございます。新年度も給食スタッフ一同心を込めて「安心・安全でおいしい給食」を作っていきます。今年1年間よろしくお願いたします。

学校の食育目標



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付ける。	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。

出典：文部科学省『食に関する指導の手引—第二次改訂版—』(H31.3)

学校給食の内容

牛乳は毎日つきます。

松任産コシヒカリ使用。
週5日米飯給食です。
(パンは、月1回程度)



色々な食材を組み合わせ、栄養バランスを考えています。食材は産地や原材料、品質や価格などを確認し、安全安心なものを選んでます。地場産物や郷土料理、行事食を取り入れています。

「学校給食摂取基準」

エネルギー 650 kcal
 たんぱく質 摂取エネルギーの13～20%
 脂肪 摂取エネルギーの20～30%
 食塩 2g未満
 その他、カルシウム、マグネシウム、鉄、ビタミン、食物繊維などに基準が設けられています。

中学年(3, 4年生)を基準に献立をたてています。献立表には、毎日の栄養価を表示しています。ご覧ください。献立によって違いがありますが、1か月を平均すると栄養価が摂取できるようになっています。

白山市のホームページに給食レシピがたくさん掲載されました。給食手作りカレールの作り方や、人気の揚げパンやからあげ、麻婆豆腐や豆腐カツなど、写真つきのレシピです。QRコードから検索してくださいね。

