

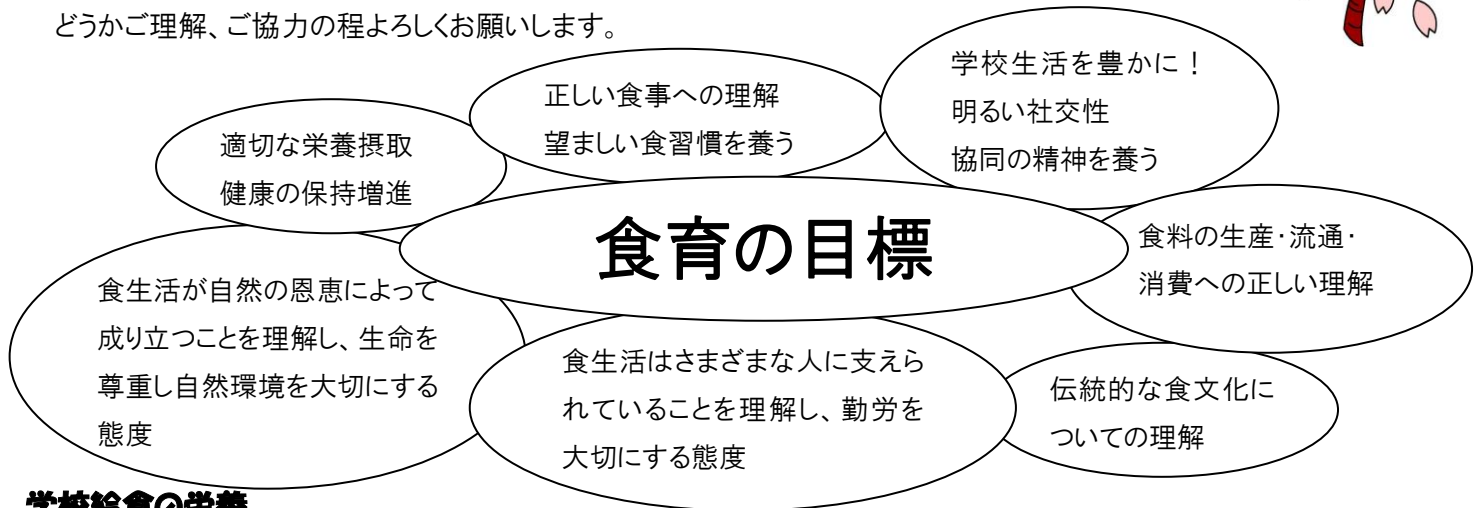
スクールランチ 4月号

H30.4.9 白山市立明光小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。

新学年を迎え、どの子も期待とやる気に満ちていることでしょう。給食は2年生以上は10日(火)より、1年生は13日(金)から始まります。給食室ではおいしい給食作りを通して、子どもたちの健康づくりのお手伝いをしていきたいと思います。

どうかご理解、ご協力の程よりしく願います。



学校給食の栄養

学校給食は子どもたちに1日に必要な栄養量の約1/3がとれるようになっています。カルシウムについては、家庭では摂取しにくいということから、1/2がとれるようになっています。牛乳が毎日つくのはそのためです。

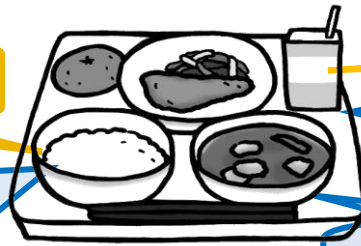
献立表には毎日の栄養量を紹介しています。献立に変化をつけるため、日によって差はありますが、1ヶ月を平均して栄養量がとれるようになっています。

学校給食の内容について

週3回米飯給食、2回パン給食を基本としています。

献立によって和洋中の変化をつけています。

今年度も、石川県各市の料理・おはなしからとびだした料理等を取り入れた献立を実施していく予定です！



牛乳は毎日つきます。

食品は産地や原材料、品質・価格などを確認し、安全安心なものを選定しています。

汁物や煮物のだしは昆布や煮干しから取り、うす味で素材の味を活かすよう工夫しています。

☆スクールランチ(給食便り)☆

給食だよりには、献立や栄養などについての情報をのせていきたいと考えています。ご意見、ご感想などをお聞かせください。

献立表には、献立名と使用食材を主な働きに分けて記入してあります。バランスのとれた食生活にお役立て下さい。HPにも掲載されています。

☆給食費☆

1食 265円 月 5200円(年度末に調整します)

※ 長期欠席(5日以上)する場合には、あらかじめ担任までおしらせください。

☆給食エプロンについてのお願い☆

給食当番のエプロンは、その週当番に当たった人が金曜日持ち帰ります。

洗濯をして月曜日に持たせてください。その際、ボタンのとれや、ほつれなど直していただけると、とても助かります。

☆給食マスクについてのお願い☆

ランドセルの中に、数枚のマスクを常に入れておいてください。

※病気や食物アレルギーで医師から特定の食品を止められている場合には担任までお知らせください。白山市の実施基準を基に対応したいと思います。