



## ご入学・ご進級 おめでとうございます 春日部市立武里中学校

新学期が始まって、新しい環境にも慣れてきたでしょうか。給食だよりを通して保護者の皆様に学校給食や食事についてお知らせしていきます。

給食室では今年度も、みなさんの健やかな成長を願って栄養バランスのよい、おいしい給食を提供していきたいと思っております。どうぞよろしくお願ひいたします。

## 中学校の給食

中学校の給食は、子どもたちが現在及び将来にわたって健康的な食生活を営むために、基本的な食習慣を身につけることを目指します。

- \* どのような食品を選び、
- \* どのように調理し、
- \* どのように、どのくらい食べるのか



これらの体験を通し、命をささえる食への感謝や、自分のためにしっかり食べるという気持ちを培います。中学生の「学校給食食事摂取基準」を小学校高学年から比べると、エネルギーでは50kcal、その他の栄養素も多く取らなければいけません。そのため、小学校より1食の食事量が多くなっています。中学校の給食は成長期の皆さんのことを現在だけでなく、将来のことまでも『考えて整えられた1食の食事』です。毎日しっかりと食べていただきたいです。

### ☆小学校との違い

- ごはんやパンなどの主食の量が多い。
- 肉や魚の切り身等の使用量が多い。
- 野菜の使用量が多い。

### ☆成長期の多く取りたい栄養素

- 身体を作るたんぱく質
- 骨や血になるカルシウムや鉄
- これらがうまく使われるためのビタミン



## 学校給食の目標

給食を通して、食事とは何かを  
考えてみましょう

心身の健やかな成長を願い、学校教育の一環としておこなわれる学校給食には、食を通じた人間形成や生きる力を育むため、次のような目標が定められています。

- 健康な体をつくろう
- 望ましい食習慣を身につけよう
- 感謝の心を持とう
- 食事の重要性を知ろう
- 食品を選択する力をつけよう
- 社会性を養おう



### ＝給食の使用材料について＝

毎月、ご家庭に予定献立表をお配りしていますが、ここに記入していない材料を使用したり、献立が変更になることもあります。食物アレルギーなどの理由でご相談のある保護者の方は担任に申し出てください。

給食での除去食の実施につきましては、医師による学校生活管理指導表等の書類の提出が必要となります。



### ＝給食の調理について＝

武里中学校の給食は、学校内に給食室がある自校方式です。今年度もフジ産業株式会社の9名の調理員さんが心をこめて、安心安全でおいしい給食を作っていきますので、よろしくお願いいたします。



### ＝献立について＝

春日部市の学校給食では、季節の野菜を多く取り入れ、煮物、焼き物、揚げ物、蒸し物、汁物、和え物など調理法に変化をつけながら、手作りを基本としています。焼き物や揚げ物などもほとんど学校で作っています。この他にも自然の味を大切に、だしは煮干しや削り節、鶏がらや豚骨でとっています。

また、中学校の栄養基準量の改訂に伴い、今年度は【食育の日の献立】として「鉄」を多く含む食品を取り入れた献立を給食に取り入れていく予定です。

### ＝給食費について＝

給食費は1か月5100円です。いただいた給食費は、全て食材費に使われています。このほかの給食を作るために必要な光熱費・施設設備費・人件費などは春日部市が負担しています。給食費は、毎月5日に栃木銀行の指定口座より引き落としになります。

給食費納入予定金額により、献立の内容が変更になることもあります。品質のよい物資や安定した購入のためにも、未納のないように、早めのご入金をお願いいたします。

### ＝給食費の返金について＝

病気等の理由で連続して欠席する場合は担任まで連絡してください。翌々日あたりから給食を停止し、5日以上続けて給食を停止した場合は、年度末に給食費を返金いたします。

### ＝おはしについて＝

給食では、毎日おはしを使います。使ったおはしは洗って、毎日清潔なものを持たせてください。スプーンとフォークについては、献立に合わせて学校で用意をします。