



給食だより

4月号

令和4年4月 流山市立東部中学校

うらかな日差しのもと、草木が芽吹きはじめ、生命力あふれる季節となりました。ご入学、ご進級おめでとうございます。給食も2・3年生は7日（木）から、1年生は11日（月）から始まります。安心して給食の時間が過ごせるよう、新型コロナウイルス感染拡大防止対策を実施しながら進めてまいります。

今回は、給食について御紹介します。



学校給食の目標

- ①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- ⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- ⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準

文部科学省により、児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準が下表のように決められています。

エネルギー (kcal)	たんぱく質	脂質		食塩相当量 (g)	カルシウム (mg)
830	学校給食による摂取エネルギー全体の13~20%	学校給食による摂取エネルギー全体の20~30%		2.5未満	450
鉄(mg)	ビタミンA(μg RE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
4.5	300	0.5	0.6	35	7以上

多様な食品を適切に組み合わせ、児童生徒が各栄養素をバランス良く摂取しつつ、様々な食に触れることができるようにすること、また、これらを活用した食に関する指導や食事内容の充実を図ることに重点がおかれています。



体は、日々作りかえられています。その材料となるのが毎日の食事です。そして栄養は、自分自身が食べることで効果がでます。食べることを大切にしてもらいたいです。

調理場の紹介

南流山調理場は、東部中学校と南流山中学校の2校分（約1296食）の給食を作っています。調理は、(株)東洋食品の調理員12名で作っています。

南流山中学校の給食室で作られた給食は、コンテナ専用のトラックで東部中学校へ運ばれていきます。届いた給食は、2名の配膳員さんにより、各クラスの前まで運びます。

★全員で力を合わせ、安全でおいしい給食作りを目指します。1年間よろしく願いいたします。

4月より牛乳の飲み方が変わります

4月より、牛乳パックが、ストローが無くても飲みやすく、開封しやすい紙パックに切り替わり、ストローを使用せず、牛乳パックから直接飲みます。

給食から出るゴミの1つに、毎日使用する「ストロー」があります。給食用のストロー1本あたりの重量は約0.25g。東部中614人（教職員含む）が1年間（183回給食を食べると仮定）ストローを使用しないと、約28kgのゴミを減量することができます。

海に流れ出たプラスチックごみは、紫外線などで細かく砕かれてマイクロプラスチック（5mm以下）となり、海洋汚染の原因になっています。このマイクロプラスチックは有害な物質を吸着しやすく、これを食べた魚介類を人間が食べるため、人体への影響が心配されています。まずは、身近にできることから、ゴミ減量を意識してもらいたいと思います。

保護者の皆様へ

【給食費】

流山市の学校給食費は、市の歳入歳出予算として管理する公会計制となっております。

給食費（1.2年生）5,100円×11期＝56,100円

（3年生）5,100円×10期＋2,020円＝53,020円

すでに手続きをしていただいた金融機関より口座振替となりますので、残高不足にならないようお願いいたします。

【給食停止・再開】

◎病気、事故その他の理由により連続する5日以上、給食が不要となる場合

・給食の停止を希望する日の3日前まで（休日を除く）に「流山市学校給食（停止）届」を学校に提出が必要となります。早めに担任まで連絡をお願いいたします。

◎給食の再開を希望する場合

・給食の再開を希望する日の3日前まで（休日を除く）に「流山市学校給食（再開）届」を学校に提出が必要となります。早めに担任まで連絡をお願いいたします。

◎食物アレルギー等により飲用牛乳を停止する場合

・停止を希望する日の3日前まで（休日を除く）に「流山市学校給食（停止）届」を学校に提出が必要となります。

【お願い】

◎献立表の「はしの日」には、「はし」を持参してください。

◎給食当番になった場合、週末に給食着を持ち帰りますので、洗濯をし、翌週最初の登校日に忘れずに持ってきてください。また、ボタンがとれていたりほつれていたりした場合は、お手数ですが補修をお願いいたします。