

# 4月 給食だより

## ご入学・ご進級おめでとうございます

新しい学年での生活がスタートしました。安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めていきますので、よろしくお願い致します。

## 学校給食について



学校給食とは「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

## 給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)

<h3>食事の重要性</h3> <p>おいしいね</p> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<h3>心身の健康</h3> <p>健康!</p> <p>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。</p>	<h3>食品を選択する能力</h3> <p>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。</p>
<h3>感謝の心</h3> <p>食べ物に大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<h3>社会性</h3> <p>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。</p>	<h3>食文化</h3> <p>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。</p>

## 栄養管理と献立作成

## 栄養

栄養士が献立作成

「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。

「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

## 衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき、衛生管理の徹底に努めています。

<h3>調理員は健康</h3> <p>チェックをし、身だしなみを整えています。</p>	<h3>野菜・果物は流水で3回以上洗います。</h3> <p>※食材に異物混入がないかもチェックします。</p>	<h3>生で食べるミニトマトや果物を除き、すべて加熱します。</h3> <p>※加熱した食品は、中心温度を測定します。</p>
---	--	---

## 足立・小台橋高校の給食について

★主にご飯を主食として、主菜、副菜、汁物、デザートを組み合わせた献立を提供します。

★牛乳は毎日あります。牛乳には骨などの形成に必要なカルシウムやたんぱく質の他に、ビタミンや脂質なども含まれています。

★適温給食を心がけています。温かいものは温かく、冷たいものは冷たく提供できるように、調理しています。これは衛生管理にもつながっています。