

4月 給食だより

<学校給食について>

学校給食の目標

学校給食には、児童の成長や健康の保持増進だけでなく、下記のような7つの目標があります。

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>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、判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 
<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	

学校給食の内容

学校給食の献立は、文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づいて作成しています。1日に必要な栄養量の1/3程度を基本とし、日ごろの食事で不足がちなカルシウムや鉄、ビタミン類、食物繊維はおおめにとれるように基準値が決められています。

栄養バランスのとれた安全でおいしい給食づくりを目指し、できる限り手づくりで安全な給食を目指しています。

<p>飲み物 カルシウム吸収率のよい牛乳はほぼ毎日つけています。容量は200cc。発酵乳がつくこともあります。</p>	<p>主食 米は立川市と姉妹都市の長野県大町産こしひかりを使用し、白米、まぜご飯、ピラフ、チャーハン等があります。その他パン(当日焼きを使用)や麺(うどん、中華麺、スパゲティ等)も月に数回あります。</p>	<p>おかず 主食に合わせ、煮物、焼き物、炒め物、揚げ物、蒸し物、汁もの等、素材から手づくりを心がけています。原則として国内産のものを使用し、化学調味料は使用していません。生で食べるくだものやミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。</p>	<p>野菜・・・立川産のものを優先的に。ハム・ベーコン・練り製品・・・無添加指定。大豆・大豆製品・・・遺伝子組み換えでないものを使用。果物・・・低農薬、ノーワックス指定。だし・・・かつお節と昆布と煮干から。ホワイトソース・カレール・・・小麦粉とバターを炒めて。</p>
--	--	---	--

第五小学校で使用した給食用食材の産地

令和3年3月使用分の主な給食用食材の産地について、下記のとおりご報告します。なお、ご質問等ございましたら、事務室を通じて栄養士までお問い合わせください。

食材	主な産地
米	長野
パン	北海道/アメリカ・カナダ
飲用牛乳	栃木
豆腐	山形
鶏肉	宮崎/山梨
豚肉	埼玉/青森
鶏卵	福島
いわし	北海道

食材	主な産地
さけ	チリ
さわら	韓国
はたはた	兵庫
じゃがいも	長崎
さといも	埼玉
たまねぎ	北海道
にんじん	埼玉
にら	高知

食材	主な産地
もやし	栃木
キャベツ	愛知
きゅうり	宮崎
ブロッコリー	埼玉
ごぼう	青森
れんこん	茨城
はるか	和歌山
せとか	愛媛

※パンは、主要な原材料である小麦粉の産地です。

※加工品は、主要な原材料の産地です。