

# 給食たより







令和5年度  
さいたま市立東大成小学校  
校長 岡田 健彦

ご入学・ご進級おめでとうございます

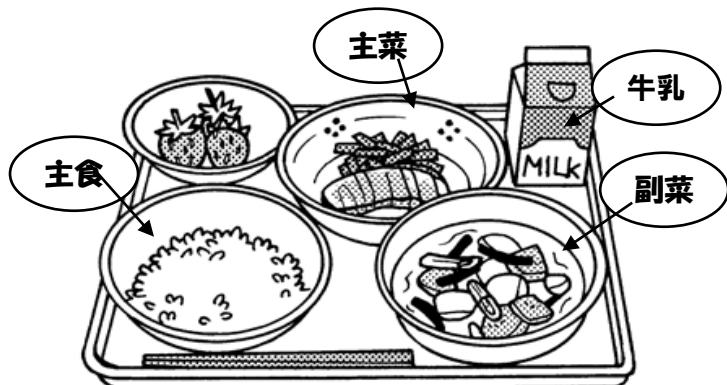
学校給食は、教育の一環として指導内容が特別活動に位置付けられています。成長期の子どもたちに、食生活に関する知識や理解を深めていくことをはじめ、心の交流の場としても大きな意義をもっています。望ましい食習慣の形成には、家庭での食事も大変重要となってきます。子どもたちが、生涯にわたって健康でいられるように、家庭と学校との連携を大切に、指導していきたいと思っております。引き続き、ご理解、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

## 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る判断力を培い、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> 	

## ★食事の内容

- 主食：ごはん、パン、めん類など。炭水化物が多く、おもにエネルギーのもとになります。
- 主菜：魚、肉、卵、大豆製品など。たんぱく質が多く、おもに体をつくるもとになります。
- 副菜：野菜を中心にしたもの。ビタミン、ミネラルが多く、おもに体の調子をととのえます。
- 牛乳：給食にほぼ毎回つきます。成長期に多く必要とされるカルシウム・たんぱく質が豊富です。



- 献立の作成にあたっては、子どもの好き嫌いの偏りをなくすよう配慮し、魅力あるおいしい給食になるよう努めています。
- 地場産物や郷土に伝わる料理を、積極的に取り入れています。  
※本校の地産地消…米(西区)、小松菜(緑区)、梨(指扇地区)
- 行事食などを行い、給食が子どもの楽しみになるように工夫をしています。

裏へ続く→

## ★給食費と実施回数

- 給食費は、1ヶ月4,380円です。(年11回徴収・1食260円)。  
※1年生は4月のみ3,080円。
- 保護者の皆様より納入していただいている給食費は、全て食材料費に使用します。  
給食費の未納が生じた場合、食材購入等に影響を及ぼすことがあります。  
(人件費・設備費・水道代光熱費は公費負担)。
- 給食回数は、年間185回です(1年生は180回)。
- 給食費では、連続5食以内の欠食は、返金を行いません。連続6日以上の欠食については、原則1週間前に届(学校指定用紙)を提出した場合のみ、日割り計算で返金を行います。急な入院等による欠食は、連続6食以上の欠食のみ返金いたします。但し、その事由が発生したあと、直ちに届を提出後、届出日の翌々給食実施日から日割り計算で返金を行います。

## ★ご家庭へのお願い

- 清潔なナフキンを敷きましょう！  
ナフキンを敷いて、勉強する机を和やかで楽しい食事をする空間に変えましょう。  
衛生的にもなりますので、ご家庭でこまめに洗濯をお願いします。
- 給食着・帽子・マスクの3点セット！  
楽しい給食のためにも身支度を忘れずにしましょう。帽子やマスクのゴムは伸びやすいので、ご家庭で点検をお願いします。  
なお、学校に保管していたガーゼマスクを1人1枚配布しますので御活用ください。  
髪の毛が長い場合は、帽子の中に入れるかまとめられるようにしましょう。
- 歯ブラシ・コップで歯みがきタイム！  
よい歯は、健康のために欠かせません。食後は丁寧に歯をみがきましょう。



## ★そして・・・朝ごはんを食べましょう！



朝ごはんを毎日きちんと食べることで、体には様々な効果があります。朝ごはんを毎日食べる人は、望ましい生活習慣や運動習慣が定着し体力向上につながります。さらに学力向上にも結びつくのではないかともいわれています。また肥満傾向になる人も少ないという調査結果も出ています。朝ごはんを毎日とる習慣をつけることは、生活リズムをととのえることにもつながります。朝ごはんをしっかりと食べさせて、学校へ送り出してあげてください。



今年度も1年間  
よろしくお願いいたします



本校の給食は、今年度もハーベストネクスト株式会社(社員3名、パート6名)に調理業務委託をして給食を提供します。  
昨年度に引き続き、真心を込めて安心・安全で美味しい給食作りに努めてまいります。  
どうぞよろしくお願いいたします。

「さいたま市食育ナビ」のHPでは、さいたま市で提供している給食のレシピを公開しています。QRコードを読み取っていただき、ぜひ御活用ください。

