

給食だより

令和4年4月8日
石巻市東学校給食センター

(ご家庭での食生活の話題づくりにご利用下さい。低学年のお子さんには読んであげて下さい。)

ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度が始まりました。食を通じて、子どもたちが元気に毎日を過ごしていけるよう、安全安心な給食提供に努めていきますので、よろしくお願いいたします。



～学校給食について～

学校給食では、「学校給食実施基準」(文部科学省)をもとに献立を作成しています。この基準では1日に必要な栄養の1/3を、不足しがちな栄養素(カルシウムなど)については、1日に必要な栄養の1/2を摂取できるようにしています。

- 牛乳・・・毎日200mlを1本提供します。成長期に必要なカルシウム等の栄養がたくさん含まれています。
- 主食・・・週4回(月・火・木・金)はごはんの日で、宮城県産の「ひとめぼれ」を提供します。
週1回(水)は、名取市のパン協業組合で作られている学校給食用のパンを提供します。
今年度より、パンに使用する小麦が国産小麦100%に変わります。
- 主菜・副菜(おかず)・・・揚げ物、焼き物、煮物、炒め物、サラダ、和え物などバラエティー豊富なメニューを提供します。
- 汁物・・・野菜などをたくさん使った具たくさん汁物や郷土料理をはじめ、和・洋・中の様々なメニューを提供します。

～学校給食の7つの目標～

<p>①適切な栄養摂取で、子どもたちの健康の増進を図る。</p> <p>なんでもたべて 元気な体を作ろう</p>	<p>(学校給食法)</p>	<p>⑤食料の生産・流通・消費の正しい理解に導く。</p>
<p>②健全な食生活を営むことができる判断力と望ましい食習慣を養う。</p>		<p>⑥日本や各地域の伝統的な食文化への理解を深める。</p>
<p>③食事のマナーやお互いを思いやって助け合う心、明るい社交性を養い、学校生活を豊かにする。</p> <p>みんなで食べると おいしいね</p>	<p>④生命や自然を尊重し、進んで環境を守る態度を養う。</p> <p>感謝の気持ちを込めて いただきます ごちそうさまでした</p>	<p>⑦食生活が様々な人に支えられていることへの理解を深める。</p>

学校給食費が改定されました

4月1日から学校給食費が下記のとおり改定されました。

【1食あたりの給食費単価】

- 小学校 286円 (旧246円)
- 中学校 350円 (旧293円)
- 幼稚園 240円 (旧237円)



石巻市のホームページに おすすめ給食レシピ集が掲載されています

4月1日から掲載の新おすすめレシピは「ヤンニョムチキン」です！ぜひ、ご家庭でも作ってみてください



石巻市のホームページにも献立表を掲載しています。

