

給食だより

にゅうがく しんきゅう

ご入学・ご進級おめでとうございます

みなさんにとって、学校給食が毎日の楽しみとなるように、安心安全でおいしい給食を心をこめてつくり
ます。1年間よろしくお願ひします。



平成30年4月
さいたま市立
大宮南小学校



がっこうきゅうしょく もくひょう 学校給食の目標

適切な栄養をとり、健康の維持増進をはかること。

日常生活における食事について、正しい理解と望ましい食習慣を身につけること。

学校生活を豊かにし、明るい社交性を養うこと。

食べ物が自然の恵みであることを理解し、生命や自然環境を大切にすることを養うこと。

食生活がさまざまな人に支えられていることを理解し、感謝する態度を養うこと。

わ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。

食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。

がっこうきゅうしょくせっしゅ きじゆん

学校給食摂取基準

もんぶかがくしょう
文部科学省
より

	児童(6~7歳)の場合	児童(8~9歳)の場合	児童(10~11歳)の場合
エネルギー	530kcal	640kcal	750kcal
たんぱく質	20g	24g	28g
脂質	学校給食による摂取エネルギー全体の25~30%		
食塩	2g未満	2.5g未満	2.5g未満
カルシウム	300mg	350mg	400mg
鉄	2mg	3mg	4mg
ビタミンA	150μgRE	170μgRE	200μgRE
ビタミンB1	0.3mg	0.4mg	0.5mg
ビタミンB2	0.4mg	0.4mg	0.5mg
ビタミンC	20mg	20mg	25mg
食物繊維	4g	5g	6g

1年生と6年生を比べてみましたことがありますか？

小さくてかわいい1年生が、大きくてたくましい6年生に成長します。小学校の6年間は、成長の盛んな時期です。そのためバランスのとれた食生活が大切です。学校給食では、1日に必要な栄養素のおよそ3分の1(家庭でとりにくいカルシウムやビタミン類は必要量の2分の1)を満たすように献立作成をしています。



給食費について

給食費：月額4,100円(1食244円)※給食費は全て食材料費に使用します。

- ・1年生は給食開始が1週間遅れのため、4月分は2,880円となります。
- ・連続する6日以上欠席の場合は、届出日の翌々日から日割りで返金いたします。



今年度も大宮南小学校の給食の献立作成と食に関する指導を担当致します。安心・安全であることはもちろん、子どもたちにとって魅力あるおいしい給食を提供することができるよう、委託調理の(株)東洋食品さんと共に力を尽くしてまいります。どうぞよろしくお願い致します。

栄養教諭 高垣朋香