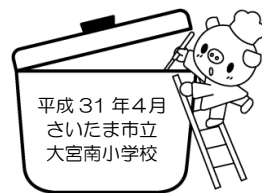


# 給食だより



平成31年4月  
さいたま市立  
大宮南小学校

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せう

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。



## 学校給食摂取基準

文部科学省  
より

	児童(6~7歳)	児童(8~9歳)	児童(10~11歳)
エネルギー	530kcal	650kcal	780kcal
たんぱく質	摂取エネルギー全体の13~20%		
脂質	摂取エネルギー全体の20~30%		
食塩相当量	2g未満	2g未満	2.5g未満
カルシウム	290mg	350mg	360mg
マグネシウム	40g	50g	70g
鉄	2.5mg	3mg	4mg
ビタミンA	170μgRE	200μgRE	240μgRE
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	5g

平成30年8月に一部改正され、エネルギーやたんぱく質などの値が高くなりました。一方、食塩相当量の値は低くなり、制限されました。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。



## <保護者の方へ>

### 給食費・給食回数について

給食費：月額 4,100 円(1食 246 円) ※給食費はすべて食材料費に使用します。

給食回数：年間 183 回

\*1年生は給食開始が1週間遅れのため、4月分は2,870円となります。

\*連続6日以上欠食については、届出日の翌々給食日から日割りでの減額となります。対象となる場合は、速やかに担任までご連絡ください。

### 献立内容について

\*行事食、日本各地の郷土料理、世界の料理を毎月各1回紹介します。

\*旬の食材を使い季節感を取り入れています。また、体験活動に使用した食材は当日の給食で提供します。(4月は23日(火)に2年生がグリンピースのさやむき体験を実施します。)

\*縦割り給食やセレクト給食など様々なイベントに取り組んでいます。

### 給食室

\* (株) 東洋食品の調理員さん10名が毎日の給食を作ってくれます。

\* 食材の安全性や衛生管理に配慮した安全・安心な給食作りを行っています。

1年生のみなさんはじめまして!



今年度も本校の給食の献立作成と食育の指導を担当いたします。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、力を尽くしてまいります。ご家庭では、給食の献立や食べたときの様子などを話し合っ、給食に関心をもてるようにお願ひします。朝食や夕食と重ならないためにも、毎日の献立に目を通すようにしてください。今年度も給食運営にご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。

栄養教諭 高垣朋香



給食のホームページの更新も随時行っていますので、ぜひご覧ください。

給食だよりや献立表、毎日の給食の写真を更新していきます。

大宮南小学校ホームページ <http://omiyaminami-e.saitama-city.ed.jp/>