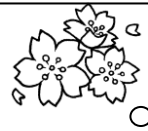


# 給食だより 4月号

さいたま市立浦和中学校 給食室



学校給食は、児童・生徒の心身の健全な育成を図ることをねらいとし、「食」について学ぶ教育活動の一環として実施されています。



## 学校給食の目標



- ①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。

資料 「学校給食法」



### 【学校給食の食事内容】

✿主食（ごはん・パン・麺等）、牛乳、おかずを組み合わせた栄養バランスのとれた食事です。

- ・日本型食生活を大切にして、郷土の味や行事食を取り入れています。
- ・安心・安全な食事を提供するために、食材料を吟味しています。
- ・家庭的な手作り給食を心がけています。
- ・旬の食材を使い、素材の味を大切にしています。
- ・かむ習慣をつける料理を取り入れています。

- ・味付け、料理方法（煮物・焼き物・蒸し物・揚げ物・和え物）や組み合わせ（和・洋・中）を考慮しています。
- ・栄養バランスの取れた献立を実施しています。
- ・家庭では調理されにくい食品（豆類・海藻等）も多く取り入れ、食塩や脂質の取り過ぎに注意し、食物繊維の摂取を心がけています。

\*食器は陶器に近い強化磁器食器を使っています。落とすと割れてしまうので、準備・片付けの際は十分注意して丁寧に扱きましょう。

### 【給食費】

給食費は、1ヶ月5,130円で1食317円です。食材料費のみに使われ、給食を作るために必要な光熱費・水道費・人件費・施設設備費等はさいたま市が負担しています。

### 【給食はだれがどこでいつ作っているの?】

◎だれが? 献立作成・食材料の注文は学校職員の栄養士がおこないます。

調理業務は委託業者の一富士フードサービス株式会社の調理員6名が担当しています。

◎どこで? 1階学生食堂の奥に給食の調理場があります。

◎いつ?朝7時30分~昼12時40分までの間に、浦和中学校の1日分約270食の給食を作っています。

### 【行事食等】

旬の食材を取り入れた献立、日本各地の郷土料理、地場産の食材料を使った献立、外国料理、1年生が家庭科の授業で考えた献立、本に出てくる料理、生地から作る手作りパン、セレクト給食など。

