



ご入学、ご進級おめでとうございます。元気いっぱいの新入生を迎えて新年度がスタートし、3週間が過ぎようとしています。今年度は例年通り給食がスタートしましたが、新型コロナウイルス感染症への対応を引き続き行いながらの実施となっています。安心して給食時間が過ごせるよう、感染拡大防止対策を実施しつつ、毎日の給食時間を中心に、授業とも連携しながら食育を進めていきたいと考えております。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



「食育で育てたい6つの力」について

学校での食育の教材の核となるのは、毎日の給食です。文部科学省「食に関する指導の手引き」や「学校給食実施基準」等で決められた方針にそって、食育にふさわしい給食を作ります。学校の食育は、おもに次の6つの視点から、学校教育活動全体を通して、食に関する資質・能力を「知識・技能」「思考力・判断力・表現力等」「学びに向かう力・人間性等」の『三つの柱』で育てていくことを目指しています。

食事の重要性

食事をすることは楽しく心を豊かにしてくれると感じる



心身の健康

栄養学的な意味を知り、興味を持って食べる



食品を選択する力

知識や情報をもとに、自ら判断する



感謝の心

食に関わるさまざまな人の仕事を知り、身近に感じる



社会性

食事を通して、協力し人のことを思う優しさを育む



食文化

地域ごとの多様性や豊かさを知り、大切にする



附属小学校の給食内容について

献立の構成は、「主食+主菜+副菜+汁物+牛乳+(デザート)」を基本に実施しています。



牛乳

【毎日】☆1本 200ml

前年度に引き続き、今年度も東北森永乳業(株)で製造された牛乳が納入されています。

牛乳は、発育期の児童の血液や筋肉、骨格を作る上で欠かせないカルシウムやたんぱく質を効率よくとることができる食品です。

※給食のない日でも1本はとりたい食品です。



ごはん

【週4回実施】

ごはんは、学校の給食室で炊いています。お米は、宮城県産の『ひとめぼれ』を使用し、「白飯」のほか、季節に合わせて「たけのごこ飯」や「グリーンピースご飯」、また、子供たちに人気の「チキンライス」なども作ります。

一番人気があるのは「吉野のとりめし」で子供たちはもちろんのこと先生方にもとても人気があります。



【月2回程度実施】

給食で使用しているパンは、名取市愛島台にある「学校給食パン宮城協業組合」で作られています。パンに使用している小麦粉は、アメリカ・カナダ・国産(宮城・岩手)が70%、宮城県産夏黄金が30%配合されています。

パンの種類には、「バターロール」や「食パン」のほか、「クロワッサン」や宮城県産米(ひとめぼれ)で作られた米粉配合の「米粉パン」などがあります。今年度から、「低塩パン」や「米粉きな粉パン」も新登場しました。

また、学校で揚げて作る「きなこ揚げパン」や「ココア揚げパン」は大人気です。



【月2回程度実施】

めんには、うどん・中華めん・スパゲティの3種類があります。

めん料理の中では、「みそラーメン」や「五目うどん」「ナポリタン」などが人気です。

※食器の関係で、十分な量のめんを出すことができないため、主食の不足分を補うため、めん料理の時は、小さなパンをつけています。



【献立作成にあたって気を付けていること】

- ①おかずは、なるべく手作りするようにしています。「学校給食摂取基準」の食塩相当量の基準値が2018年に引き下げられ、さらに今年度から一部の年齢で引き下げられました。今までも減塩に努めてきましたが、さらに、おいしく減塩できるよう取り組んでいきます。
- ②主菜は「焼き物」「揚げ物」「蒸し物」、副菜は「和え物」「炒め物」「煮物」など、バラエティに富んだ内容になるようにしています。
- ③「かみごたえ」のある料理を取り入れるようにしています。
- ④日本に古くから伝わる素朴な料理(おふくろの味)や郷土料理、世界の料理など、幅広く献立を取り入れるようにしています。
- ⑤和風の汁物は「かつおぶし」、洋風や中華スープはなるべく鶏ガラなどでだしをとって、素材の味がいきるよう薄味を心掛けます。



【食材選定にあたって気を付けていること】

- ①旬の食材を中心に、いろいろな食品を使用するようにしています。
- ②冷凍品を使用する場合は、素材品やなるべく素材に近いものを選ぶようにしています。
- ③食肉加工品(ハム・ソーセージ・ベーコン)は、食品添加物の入っていない無塩せきのものを使用するようにしています。
- ④魚肉練り製品(ちくわ・なると・笹かま等)は、卵アレルギーのあるお子さんも食べられるよう、なるべく卵の入っていないものを使用するようにしています。

家庭と連携した学校給食



楽しい給食時間が過ごせるよう、家庭では、こんなところにご配慮をお願いします。

1. きょうの給食は何かな

子供たちに今日学校で何を食べたのか聞いてみてください。そういった会話から、食べものへの関心をもたせると同時に食べられなかったものが何だったかを知り、少しでも克服できるように支援していただけたら幸いです。



2. 食事のマナーを身に付けさせましょう

(家庭の食事も大切な教育の場です)

食事の前の手洗い、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつ、正しいはしの持ち方や姿勢、食べ物を口に入れたまま話をしない等、食事の場を通して教えましょう。

※食への関心を高め、感謝の気持ちを育むため、食事の準備や後片付けのお手伝いも積極的にさせましょう。



3. ハンカチやタオル等は毎日2枚以上持たせるよう準備をお願いします

感染症予防には、こまめな手洗いが大切です。1日に何回も手洗いする上、暑い時期は汗拭きにも使用します。給食前の手洗い後に、未使用の清潔なハンカチで手が拭けるよう、ハンカチは2枚以上持たせるよう準備をお願いします。

(特に給食当番の時は、手洗い後に清潔なハンカチで手を拭くことが大切です。)



4. 「給食衣」の洗濯およびアイロンかけをお願いします

給食当番になると週末に「給食衣」を持ち帰りますので、洗濯とアイロンをかけをお願いします。(アイロンかけをすることで、熱消毒ができます。)

その際はほろびがあったり、ボタンがとれていたりしたら、補修していただくと大変助かります。

※給食衣の色は、1・2年生:きいろ、3・4年生:水色、5・6年生:若草色になっています。

