

食育だより

令和4年4月12日
三神小学校

入学・進級おめでとうございます

春らしい暖かな気候になり、希望に満ちた新年度が始まりました。今週から給食が始まりました。おうちで給食のことが話題になっているのではないのでしょうか？

学校給食は、単にお腹を満たすだけの食事ではありません。クラスの友だちや先生と一緒に食べる経験を通して、たくさんの大切な事を学ぶ場でもあります。また、「生きた教材」として、望ましい食習慣の形成や食に関する知識や実践力などを身につけさせる目的があります。

三神小学校の給食について



1. いろいろな食品を幅広く使用しています。

子どものころから、多くの食品に触れ、様々な食体験をすることで味覚の発達や望ましい食生活の形成につなげるようにしています。特に、家庭の食事ではとりにくい、豆類、いも類、種実類（ゴマやナッツなど）、海藻類、キノコ類、小魚類などを積極的に献立に取り入れるようにしています。

2. 食文化の継承を心がけています。

- ◎ 伝統的な行事食（ひな祭り、お月見、冬至など）や学校行事などにちなんだ献立を取り入れています。（かみかみ献立、お月見献立、目の愛護デー献立、5・6年生希望献立、卒業アンコール献立など）
- ◎ 乾物（切干大根やひじきなど）などの昔から食べられている食品や和食を取り入れています。

3. 安心・安全で心をこめた給食を作っています。

- ◎ 食材は地産や製造業者、賞味期限、品質を確認・記録して使用しています。
- ◎ 衛生マニュアルに沿った作業をしています。作業が変わる度によく手を洗うなど、食中毒や異物混入に努めています。

4. 減塩やベジ・ファーストを進めています。

福島県民の1日あたりの食塩摂取量の平均は、男性11.9g、女性9.9gとなっています。これは、国で示している目標量の男性8g、女性7g未滿を大きく上回り、男性は全国で宮城県と並び最も多く、女性は長野県に次いで2番目となっています。子どものうちから、よい習慣が身につけられるようにしていきたいと思っています。

ごはん

基本・・・週に3回実施
中島の菊屋さんで炊飯され、
学校に届きます。福島産の
お米を使用しています。



パン

週に1～2回、火又は木曜日実施
コッペパンや食パンを
はじめ、黒パン、フル
ーツパンなどができます。



ソフトめん

玉川村にある釘屋さんで作られてい
ます。うどん、ラーメン、スパゲッ
ティなどができます。

牛乳

200mlのパックが毎日1本です。
県内から集められた新鮮な牛乳が郡山の
工場でパックづめされて、配送されます。



おかず

煮物・汁物・炒め物・揚げ物・焼き物・和え物・デザートなどの様々な料理がで
ます。また、地域でとれた旬の野菜や果物を使用し、安全・安心な給食づくりに
努めるとともに、郷土食や世界の料理などのバラエティに富んだ副食（おかず）
の提供を行っています。



★ 給食は、一食295円です。主食・副食・牛乳代で、人件費・光熱水費は
含まれていません。

★ パンの大きさ、ごはんの量、麺の量は・・・低学年、中学年、高学年の
三段階の量になっています。

★ 調理員さんは2名で、約120食を作っています。子どもたちが食べる30
分前に校長先生が検食をして調べています。（混入、異味、異臭、加熱冷却、
状況、分量、味、香り、色彩、形態）そして、OKが出たら、子どもたちに提
供されます。

★ 三神小学校の給食の献立は、小学生の基準の栄養を計算して、善郷小学校の
栄養士さんが基本献立を立ててくれています。しかし、残念なことに三神小学校
でできるものとできないものがあります。そのあたりを考慮し、養護教諭が自
校化し、材料の数量を計算し10の業者へ発注しています。

お願い 「早寝・早起き・朝ごはん」三神小学校では、朝食接種率100%をめざして
います。ご協力をお願いいたします。