

給食だより

令和6年度 春号

令和6年 4月 8日
大田区立池上小学校
校長 平林 里美
栄養士 園田 良枝

入学・進級おめでとうございます。
新年度がはじまりました。今年度も安心安全で、おいしい給食を目指して努力していきます。よろしくお願いいたします。
年度初めですので、「池上小の給食について」「学校給食の目標」「大田区学校給食摂取基準」をお知らせいたします。

【池上小の給食について】

- ＜献立＞
- ・栄養価を満たしつつ、季節の食材や安全な食材を選んで、手作りを心がけています。
 - ・鶏ガラ・削り節・昆布等でだしをとっています。ハンバーグやルー・ドレッシング、ゼリーなど、素材から手作りにしています。
 - ・正月や節分、ひなまつりなどの行事に合わせて行事食を提供します。
- ＜調理＞
- ・20クラス(19+五組、教職員含め約700名分)を10名で作ります。
 - ・0-157等の食中毒予防のため、くだものなど一部の食材以外はすべて加熱しています。
 - ・食材の中心温度が、85度で1分間以上保っていることを確認しています。

- ＜その他＞
- ・給食当番はしっかり手を洗い、**白衣・帽子・マスク**をつけて配膳します。
当番以外の児童も手洗いをしっかりして、**ランチョンマットを敷き、着席して静かに待つよう指導**しています。
 - ・白衣を持ち帰りますので洗濯をお願いします。ボタンのほつれなどありましたら、直していただくとありがたいです。児童が欠席する場合は友達に頼むなどして、学校に届けていただきますようお願いいたします。
 - ・給食当番でない児童も代わりに当番を行うことがありますので、ランドセルにマスクを2~3枚入れて常備しておいてください。

・栄養量は中学年を1として考え、低学年は0.85倍、高学年1.15倍とみてください。
・主食に関しては、給食10回あたりごはん6.5回、パン2回、めん1.5回を目安としています。大田区学校給食摂取基準を踏まえ、季節や学校行事を意識し、多岐な食品を組み合わせつつ、和食の推進や不足しがちな栄養素、児童の嗜好や喫食状況、クラスでの配膳や片付けの様子、使用食器や配膳器具、衛生管理や調理作業工程、調理器具、調理施設を考慮して、上記の項目を1ヶ月単位で満たせるように献立を立てています。

学校給食の目標

<p>食育基本法が成立したのを受け、学校給食法も改正されました。学校給食では新たに7つの目標を定めています。</p>	 <p>①適切な栄養の摂取による健康増進を図る。</p>	 <p>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ための判断力を培い、望ましい食習慣を養う。</p>	 <p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性と協同の精神を養う。</p>
 <p>④食生活が自然の恩恵によって成り立つことを理解し、生命を尊重して自然環境を大切にすることを養う。</p>	 <p>⑤食生活がさまざまな人の活動に支えられていることを理解し、勤労を重んずる態度を養う。</p>	 <p>まじはやさしいの菜</p> <p>⑥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。</p>	 <p>⑦食料の生産、流通、消費について正しい理解に導く。</p>

【大田区学校給食摂取基準】

栄養素	給食1回あたりの栄養基準量(中学年)	一日に必要な基準量に対する給食で割合目標
エネルギー(kcal)	650	33%
たんぱく質(g)	21.1~32.5	摂取エネルギー全体13%~20%
脂質(g)	14.4~21.7	摂取エネルギー全体20%~30%
ナトリウム(食塩相当量)(g)	2未満	30%未満
カルシウム(mg)	350	50%
鉄(mg)	3	40%程度
ビタミンA(μgRAE)	200	40%
ビタミンB1(mg)	0.4	40%
ビタミンB2(mg)	0.4	40%
ビタミンC(mg)	20	1/3
食物繊維(g)	5	40%
マグネシウム(mg)	50	33%
亜鉛(mg)	2	33%