



4月給食だより

ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。みなさんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思ひます。1年間、よろしくお願いいたします。

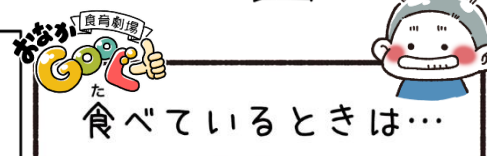
学校給食は「食」を学ぶ時間です！

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。

給食時間の過ごし方

給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。

全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気がつくことが大切です。また、給食は決められた時間内に食べ終えなくてはなりませんので、食べるための時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行いましょう。



食べているときは…



給食が始まります！
あせらずに、よくかんで味わって
いただきます。

令和7年度
倉敷市立真備学校給食
共同調理場



真備調理場の給食！



【給食作りにかかわる人】

- ・真備調理場：所長1人 事務1人 栄養士2人
 - ・東洋食品（調理部門委託）：栄養士・調理員計16人
- 合わせて20人で給食作りをします！

【主食の種類と回数について】

- ごはんの日 週4回（月・火・水・金）
- パンの日 週1回（木）
- めんの日 月2回（水）※中華めん・ソフトめん・うどん

倉敷市では、米飯を中心とした和食献立を立てることで、米をはじめ、地域の農産物を取り入れた地産地消給食を推進しています。

【給食の内容について】



【主菜】

肉・魚などを揚げたり焼いたりして手作りのタレをかけたりします。

【副菜】

野菜を中心にしたあえ物などです。

【デザート】

季節の果物やヨーグルト・ゼリーなどがつきます。

【主食】

ごはん、パン、めんがあります。主食の量は学年によって異なります。

【牛乳】

毎日200mlの牛乳がつきます。

【汁物・煮物】

季節の食材を中心にしたあたたかいおかずなど。



【栄養管理・献立作成】

「学校給食摂取基準」に基づいて、1日に必要な栄養素の3分の1程度を摂取できるように考えて栄養士が献立を立てます。カルシウムは1日に必要な栄養素の2分の1など、家庭での食事では不足しがちな栄養素を補えるように工夫しています。様々な食品や調理法を取り入れます。行事食、郷土料理、外国の料理などバリエーションに富んだ献立も取り入れます。お楽しみに！

学校給食の目標のポイント

- 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 3 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 5 食生活が多くの人の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 6 伝統的な食文化を理解する。
- 7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。