

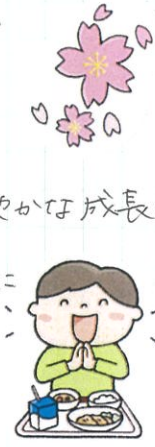
給食だより



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むかえ、令和5年度がはじまり
 ました。今年度も、児童生徒のみなさんの心と体の健やかな成長の
 ため、安心・安全はもちろんのこと。子どもたちが楽しみに
 してくれるようなおいしい給食作りに努めてまいります。



ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

こんなことに気をつけて給食を作っています

食材	栄養	献立	調理・衛生
野菜・肉などの生 魚食品は、国産のもの を使用しています。	文部科学省が定める 「学校給食摂取基準」 に基づき、児童生徒の成 長に必要な 栄養素が とれるよう にしています。	行事食や郷土料理、 世界の料理など様々 な献立作りを心がけて います。	野菜や果物は流水で3回 以上洗い、生で食べる果物など を除きすべて加熱調理して います。また、エプロン 使いかきなど 衛生管理を 徹底しています。

学校給食摂取基準(中学年) (文部科学省)

1日に必要とされる栄養素量の約1/3がとれるように基準値が定められています。
 とりにくいカルシウムは1/2, とりすぎが心配な食塩は1/3未満にふるようになっています。

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維
650kcal	21~23g	19~22g	2g未満	350mg	50mg	3mg	2mg	200μg	0.40mg	0.40mg	25mg	4.5g

久御山町の学校給食を紹介します!

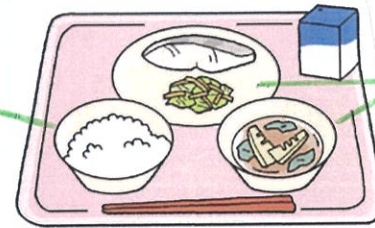
主食

低・中高学年、中学生で
 量がちがいます。
 月必・木金: ごはん
 久御山町産ヒノヒカリを
 自校で炊飯しています。
 水: パン
 コップパンや小型パン、
 黒糖パンなど、色んな
 種類があります。
 揚げパンなど加工する
 こともあります。



牛乳

南丹市で製造された
 200mlのパック牛乳が
 毎日つきます。
 成長期に欠かせない
 カルシウムを補います。



おかず

肉・魚・豆・豆腐・卵・野菜
 など多様な方法で調理
 します。久御山町でとれた
 野菜や町内産のみそを
 南丹産に取り入れています。
 主菜・副菜・汁物等合
 せて2~3品つきます。
 デザートや果物がつくこ
 ともあります。



手作りを心がけています!

ハンバーグや肉団子、フライなども給食室で
 ひとつずつ手作りしています。加工食品はなるべく
 使用せず、すまし汁やみそ汁は昆布やかつお、煮干
 からだしをとっています。

* 方式

各学校で給食を作る。単独校
 方式です。とうすみこども園(3~5才)、
 小学校、中学校は同一献立です。(行事等により変更する場合があります。)

* 給食費

1食約260円です。1か月に4,400円 集金します。ただし、久御山町から1か月500円
 の補助があり、保護者負担額は1か月3,900円です。

《保護者のみなさまへ お願い》

給食当番の白衣は、当番の児童が持ち帰ります。
 洗濯・アイロンがけをして、翌週のはじめに持たせてください。
 ボタンのはずれなどを修理していただくと助かります。

