

# 給食だより

長岡京市立長岡中学校  
令和8年4月

## 🌸 ご入学・ご進級 おめでとうございます 🌸

### 中学校の給食内容について

長岡第六小学校の敷地内にある長岡京市立学校給食中部共同調理場で長岡中学校約570食と長岡第六小学校約330食の給食を作っています。出来上がった給食はトラックで運ばれてきます。

給食の調理・配送・洗浄は(株)ハーベストネクストに業務委託しています。

米飯給食は、週4日(月・水・木・金)パン給食は、週1日(火)です。

#### 主食

【ごはん:火以外、パン:火曜日】

米飯は、白ごはんの他、季節に合わせた炊き込みご飯や混ぜご飯があります。

クラスごとにガス炊飯器で炊きます。

パンは、コッペパンの他、味付けパンやバターパンなどの味がついたパンも出ます。

パンは1個ずつ個包装されています。



#### 牛乳

200mlの紙パック牛乳が毎日付きます。

#### おかず【2~4品】

煮物・汁物・炒めもの・焼き物・揚げ物・蒸し物・和え物などの料理を主食に組み合わせています。

だしは料理に応じて、削り節、煮干し、昆布を使い分けます。カレールウやホワイトルウも手作りです。

量は、小学校の約1.3倍を基本としています。

鍵のかかるコンテナに入れて、教室前まで運びます。

調理工程で出る野菜くずや卵の殻、残菜などはリサイクルされ、たい肥として学校の中で再利用されています。

### 保護者の方へ



- ◎ 給食エプロンの洗濯について  
給食当番になると、週末にエプロン・帽子・給食袋を持ち帰ります。洗濯をして週明けに持たせてください。取れかけたボタンやほころびなどありましたら修繕していただくとありがたいです。
- ◎ 給食費について  
給食費は、1食406円(保護者負担は1食378円)です。食材費にのみ使います。給食費の徴収は、長岡京市が行います。  
※給食費についての詳細は長岡京市教育委員会より別途お知らせがあります。  
給食費に関するお問い合わせは、  
長岡京市教育委員会学校教育課(955-9533)までお願いします。
- ◎ 長期欠席等による返金について  
病気などで長期(連続する4日以上、土日祝を除く)にわたって学校を休む場合は連絡をしてください。  
連絡を受けた日の翌日から数えて4日目(土日祝を除く)以降の給食費を返金します。ただし、1日だけの欠席、とびとびの欠席、連絡を毎日受けての連続欠席では物資の変更ができないため、返金できません。また、学級閉鎖や行事による返金もありませんので、ご了承ください。返金については年度末になります。
- ◎ マスクの準備  
給食当番は必ずマスクを着用することになっています。  
マスクについてはご家庭でご用意いただきますようお願いいたします。  
  
給食に関する不安・疑問等ありましたら、いつでも学校までお知らせください。  
ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

### 中学生のみなさんに心がけてほしい食習慣

☆朝食を毎日しっかりとろう!



朝食をしっかり食べると、授業に集中できます。食べる習慣が身に付かない人は、早起きを心がけ、まずは汁物(みそ汁、スープ、牛乳など)から始めてみましょう。

☆いろいろな食べ物に挑戦してみよう!



苦手な食べ物も、調理法が変わると食べられるかもしれません。また、味覚は成長とともに変化します。「食わず嫌い」はやめ、思い切ってチャレンジしてみましょう。

☆ときには自分で調理してみよう!



もう中学生です。家庭科でも調理を習いました。自分が食べるものだけでなく、ときどき家族の分も作ってあげたり、お手伝いできるといいですね。