



# きゅうしょくだより

久御山町学校給食研究会



## ご入学・ご進級 おめでとうございます



新しい学校や学年になり、令和8年度が始まりました。

今年度もみなさんの心と体の健康のため、安心安全はもちろんのこと

学校が楽しみになるようなおいしい給食を作っていきます。



## 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・火・木・金：ごはん  
久御山町産ヒノヒカリを各校で炊いています。

水：パン  
コッペパンや黒糖パンなど色々な種類があります。  
揚げパンなどに加工することもあります。

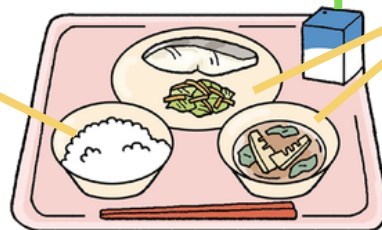


### 牛乳

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・卵・豆・豆製品・

野菜などを様々な方法で調理します。

久御山町でとれた野菜や、町内で作られたみそなどを献立に取り入れています。



### 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わず、みそ汁は煮干しから、すまし汁は昆布やかつおからだしをとっています。

各校で給食を作る単独校方式です。

小学校・中学校は原則同一献立です。(行事等により変更する場合があります。)

# こんなことに気をつけて給食を作っています！

## 食材

野菜・肉などの生鮮食品は国産のものを使用しています。



## 衛生

野菜は流水で3回洗い、生で食べる果物などをのぞいてすべて加熱調理しています。また、温度管理やエプロンの使い分けなど、衛生管理を徹底しています。



## 献立

行事食や郷土料理、新メニューなど様々な献立作りを心がけています。



## 栄養

「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考えています。



### 学校給食摂取基準（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量を、とりすぎが心配な食塩は1/3未満になるように考えています。

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
650 kcal	21~33 g	14~22 g	2g 未満	350 mg	50 mg	3 mg	2 mg	200 μg	0.40 mg	0.40 mg	25 mg	4.5 g



## 保護者のみなさまへ

- 給食費は国や久御山町から全額補助されるため、徴収はありません。
- 給食当番の白衣は、当番の児童生徒が持ち帰ります。  
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ありがたいです。

