

学校給食について



1年生にとって、初めての学校給食が始まります。
学校給食は教育の一環として次のような目的で行われています。

学校給食の目的

1. 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
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ことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
3. 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
4. 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
5. 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
6. 我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こと。
7. 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



また、文部科学省で定められた学校給食摂取基準に基づき献立をたて、
地場産物を活用した安全でおいしい給食を作っています。



児童一人一回当たりの学校給食摂取基準

区 分		基 準 値		
		児童6～7歳の場合	児童8～9歳の場合	児童10～11歳の場合
エネルギー	kcal	530	650	780
たんぱく質	%	学校給食による摂取エネルギー全体の13%～20%		
脂 質	%	学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%		
ナトリウム (食塩相当量)	g	1.5未満	2未満	2未満
カルシウム	mg	290	350	360
マグネシウム	mg	40	50	70
鉄	mg	2	3	3.5
ビタミンA	μgRAE	160	200	240
ビタミンB1	mg	0.3	0.4	0.5
ビタミンB2	mg	0.4	0.4	0.5
ビタミンC	mg	20	25	30
食物繊維	g	4以上	4.5以上	5以上

学校給食実施基準（令和3年4月1日一部改正施行）より

食事のマナー 思いやりのある心でみんなが気持ちよく食事ができること、それがマナーの基本です。

- 食事の前に手洗いをしましょう。
- 音をたてずによくかんでたべましょう。
- はしを正しく持ちましょう。
- 良い姿勢で食事をしましょう。
- 食前、食後は、心をこめてあいさつをしましょう。
- 好き嫌いをなくしましょう。

