

# ぱくぱく



給食だより No.1

平成21年4月号

知名町立学校給食センター



## 入学・進級お祝い献立 4/7実施



パン、牛乳、ジャム、お祝いクレープ  
手作り肉団子汁、パイナップル

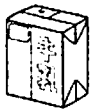
新学期がスタートしましたが、新しいクラスでの給食も  
少しずつ慣れてきつつあるころでしょうか。学校給食  
では、子どもたちが栄養のバランスのとれた食事を先生  
や友だちといっしょに食べながら、心のふれあひの中で  
心と体の健康を増進させ、食への興味・関心や、体位  
の向上を図ろうとするものです。



## 日々の給食

年間約199日予定(始業式・終業式・修了式も実施)

### 牛乳



年間を通して200cc入りのデージー牛乳をどの学年も毎日1本必ずつきます。  
中学生は5月から10月の5ヶ月間は250ccになります。給食の牛乳はうすめたものでないかと言われがちですが、市販されているものと同じです。ストローはつきません。

### パン



火曜・金曜日がパンを主食とする日です。奄美製菓さんで作っていただいたものです。  
小麦粉や砂糖の量は県内で統一されたもので、主食となるように甘さなどはおさえたものになっています。小学生用、中学生用の2段階で大きさを変えています。

### ごはん



月・水・金曜日の週3回がごはんを主食とする日です。県内産の米を使い、パンと同じく奄美製菓さんでごはんを炊いていただいています。パンと違い小学生は低・高の2段階で量が違います。月に1回は給食センターのいつもおかずを作る大きな釜で炊き込みごはんなどをします。

### おかず



8人の調理員、限られた時間、費用、設備、そして徹底した衛生管理など、さまざまな制約の中で、決められた栄養素、食品の摂取そして様々な料理、食材(旬のもの、地域のものなど)の体験を子どもたちにさせたいという願いで、おいしく食べてもらえるよう努力しています。もちろんだしは煮干や花かつおでとります。

## 給食費について

残高不足のないよう確認をお願いします。みんなの給食費で給食は出来ています。

小学生 毎月2800円を9ヶ月(4月~1月まで8月は除く)2月は学年行事等で金額が違います。3月徴収なし  
中学生 毎月3300円を9ヶ月( " " )

\*物価上昇のため今年度中に給食費の値上げがあることも考えられます。

JA・信金・信組 毎月5日指定した口座より引き落とし残高不足の場合15日に再引き落とし  
郵便局 毎月15日指定した口座より引き落とし残高不足の場合25日再引き落とし

\*郵便局のみ振替手数料25円口座より徴収しています。

## 長期欠食について

5日以上欠席した場合5日目からの給食費の調整があります。

# 学校給食の内容

献立を作成するにあたり限られた予算や調理器具、調理時間等の中で栄養所要量・食品構成を満たすようにし、かつ地域の食材を取り入れ、多様な調理法で安全でおいしい給食を提供できるように努力しています。



## 栄養所要量の基準

児童生徒等の健康の保持増進を図るのに望ましい栄養量として決められた児童生徒1食あたりの基準。  
全国どこでもこの基準で献立を作成。

区 分	小学生	中学生
エネルギー(kcal)	650	830
たんぱく質(g)	24	32
脂質 (%)	25~30	25~30
ナトリウム(塩分相当量)(g)	3以下	3以下
カルシウム (mg)	330	400
鉄 (mg)	3.0	4.0
ビタミンA (μgRE)	130	190
ビタミンB1 (mg)	0.3	0.4
ビタミンB2 (mg)	0.4	0.5
ビタミンC (mg)	20	25
食物繊維 (g)	6.5	8.0

## 食品構成の基準

栄養所要量をみたく、幅広く食品を使用し、多様な調理法を組み合わせた食事内容になるよう設定されている。(ひと月の食品使用量の1日平均)

(単位 g)

区 分		小学生	中学生
小麦粉製品類	主食(小麦粉重量)	23	26
	パン めん		
主食以外(製品重量)		5.0	9.0
米等		48	66
牛乳		206	206
芋およびでんぷん		38	44
砂糖類		3	4
豆類		6.0	6.0
豆製品類		20	22
種実類		3.5	3.5
緑黄色野菜		23	35
その他の野菜類		70	82
果物類		32	40
きのこ類		4.0	4.0
藻類		2.0	4.0
魚介類		16	21
小魚類		3.0	4.0
肉類		15	19
卵類		6.0	14.0
乳類		4.0	6.0
油脂類		3.0	4.0

## 給食費一食分の内訳

小学生 252円・中学生 293円  
パン・ごはん・牛乳代(小109円・中120円 全額、町と国から補助)  
 おかず分のみ(小140円・中170円)

保護者より徴収しています。他の市町村ではこのような制度のないところが多く給食費が知名の倍ほどあります  
 町や国の制度に感謝したいことですね。



これらの食品を毎日の給食にいれねばなりませんが一食では難しいので一週間や月でとれるよう献立に取り入れています。