

給食だより (1号)

4月13日から給食が始まります。本校の給食は、シダックス大新東
ヒューマンサービスの調理員が担当します。
美味しく安全な給食づくりに努めますので、よろしくお願いします。

【学校給食費と回数】

☆ 給食費…1食 317円 ☆ 給食回数…年間180回(予定)

【学校給食の食事内容】

- ☆ 主食・牛乳・おかずを組み合わせ、成長期に必要な栄養素が摂れるように考えられています。
- ☆ 和、洋、中の献立をバランスよく取り入れています。また、豆類、海藻、きのこなど普段の食事で不足しがちな食品も積極的に取り入れています。
- ☆ 旬の食材や行事食を取り入れ、季節感のある献立作りを心掛けています。

【学校給食の目標】

- 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という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。

【学校給食の栄養価等の基準】

☆エネルギー	830kcal				
☆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)	2.5g未満				
☆カルシウム	450mg	☆マグネシウム	120mg	☆鉄	4.5mg
☆亜鉛	3mg	☆ビタミンA	300 μ gRE	☆ビタミンB1	0.5mg
☆ビタミンB2	0.6mg	☆ビタミンC	35mg	☆食物繊維	7g以上

5月1日は「さいたま市民の日」です

