



4月給食だより



令和5年度

敦賀市立松陵中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。充実した学校生活を送り、心と体が成長するためには、健康が何より大切です。安全でおいしく、栄養満点な学校給食をみなさんに届けられるよう、力を合わせてがんばっていきます。みなさんもよく味わって、食べてくださいね。

4月の目標 給食について知ろう



給食は、とても楽しい時間ですが休み時間ではありません。食器の並べ方や、食事マナーなどを学ぶ場でもあります。毎日の給食時間を通して、みんなが気持ちよく食べられるようなマナーを身につけましょう。

給食時間の約束

石けんを使ってしっかり 手洗いをしよう 	茶わんや汁わんは手に 持って食べよう 	食事中はしずかに 食べよう 	よくかんで 食べよう
好ききらいをしないで 食べよう 	給食当番はしゃべらずに すばやく身支度をしよう 	片付ける前に食器に食べ 物がついていないかを 確認しよう 	配ぜん台を きれいにしよう

給食当番の身支度

- 髪の毛が出ないように帽子をかぶろう
- マスクをきちんとつけよう
- つめは短く切っておこう
- 石けんを使って手を洗おう
- 清潔な白衣を着よう
- ハンカチを持とう



敦賀市の学校給食について



学校給食は、エネルギー・たんぱく質・脂質などの基本的な栄養素と、日常で不足しがちなカルシウムなどの栄養素の基準を満たすように献立を作成しています。ぜひ予定献立表をご確認ください。

○栄養価について

ほとんどの栄養素は1日の摂取基準1/3の、不足しがちなカルシウムなどは1/2とれるように献立を立てています。



○衛生管理について

敦賀市の衛生管理マニュアルに基づいて給食室の衛生管理を行っています。また、使用する食品は衛生検査表などをとりよせて安全性を確認しています。



○地元の食材も取り入れます

敦賀市内や福井県内でとれる季節の野菜や旬の魚なども積極的に取り入れています。予定献立表にあるマークが目印です！⇒ また、お米は敦賀市産のアキサカリを使用します。



○食物アレルギー対応について

敦賀市では、センター給食・自校給食においてなるべくアレルギーフリーの食材・調味料類を使い、アレルギーのある人もそうでない人も、できるだけ同じ献立で給食を楽しむことができるように努力しています。詳しい内容は、敦賀市のホームページで検索してみてください。



Q. どうして給食には毎日牛乳がでるの？

A. 日本人は、カルシウムの摂取量が不足していると言われていたからです。給食がある日とない日では、給食のある日の方がカルシウムの摂取量が多いという研究結果が出ています。給食に出る牛乳は成長期に大切なカルシウムの摂取に役立っています。

