



# 4月給食だよ!

令和5年4月6日  
荒川区立尾久宮前小学校  
校長 篠澤 章子  
栄養士 奥山 有紀

ご入学、ご進級おめでとうございます。今年度も宮前小の子ども達にとって、給食の時間が楽しみになるよう、給食室一丸となって「安心安全でおいしい給食」の提供に努めてまいります。また、給食や授業を通して食への興味・関心が高まるような指導をしてまいります。1年間、よろしくお願いいたします。



調理業務委託は、昨年度に引き続き、HITOWAフードサービス株式会社です。8名の調理員の皆さんと共に、魅力あるおいしい給食を届けます。

## お知らせとお願い ～ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします～

### ①持ち物について

清潔なハンカチとランチマットは、必ず毎日持ってきてください。



### ②給食当番について

荒川区教育委員会より用意していただいた、白衣と帽子を使用します。1週間の給食当番を終えたら、週末に家庭に持ち帰りますので、洗濯と滅菌のためのアイロンがけを行って、週明けに持たせてください。持参が遅れると、次の給食当番が使用できませんので、忘れないよう確認をお願いいたします。また、マスクを着用していない児童には、学校で用意したマスクを配布します。

\*他家庭と白衣の共用を避けたいご家庭は、マイエプロン・マイ三角巾をご用意ください。



### ③献立表と給食便りについて

毎月給食便りと献立表を発行します。宮前小での食育の取組や行事食の紹介等を掲載しますので、ぜひご家庭でお子様と一緒にご覧になり、話題にしてみてください。

### ④給食費について

今年度は給食費無償化のため、ご家庭の負担はありません。  
委任状を4月14日(金)までにご提出ください。

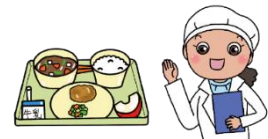


つめ切りもお忘れなきよう、お願いいたします。

### ⑤給食停止について

続けて5食以上欠食することがわかっている場合には、給食停止の旨を担当にお伝えください。





# ～学校給食摂取基準～



1食あたりの基準です。おおよそ、1日に必要な栄養素量の1/3程度を基本としています。献立表には、中学年のエネルギー量とたんぱく質量を記載しています。中学年を1として、低学年は0.9倍、高学年は1.1倍の量を提供します。

区分	基準値		
	低学年	中学年	高学年
	(6～7歳)	(8～9歳)	(10～11歳)
エネルギー (Kcal)	530	650	780
たんぱく質 (g)	学校給食による摂取エネルギー全体の13～20% (22～32g)		
脂質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20～30% (14～21g)		
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 (μgRE)	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

\*この摂取基準は、全国的な平均値を示したものです。お子様の健康や活動量の実態に応じて必要量は異なりますので、実態に応じて目安としてご活用ください。

<h2>学校給食の目標</h2>	 <p>適切な栄養と味覚で、健やかな体と心を育む。</p>	 <p>食べることの大切さや喜びを知る。</p>	 <p>給食を手本に望ましい食べ方を学ぶ。</p>
 <p>毎日の食事について、自分でも考え、判断して食べられるようになる。</p>	 <p>いつも感謝の気持ちをもって食事をいただくことができる。</p>	 <p>他人のことを考えて思いやり、学校生活を豊かなものにする。</p>	 <p>食を通して地域の伝統や歴史を学び、食文化を未来に伝えていく。</p>