

学校給食だより

平成 25 年 4 月
千早赤阪村立学校給食センター

ご入園、ご入学、ご進級おめでとうございます。

子供たちが毎日元気に活動できるように、給食センターでは安全でおいしい給食を作ることを目標にがんばっています。また、学校給食は元気な体をつくるだけでなく、望ましい食習慣をつくることや地域の食文化の理解、社交性を養うことなど色々な目的がありますので、学校園、地域を通じて食育にも取り組んでいます。

毎月、ご家庭向けに『献立表』を配ります。学校給食のこと、栄養のこと、食べ物のこと、健康のことなどを掲載しますので、ご家庭のみなさんでご覧下さい。



■ 平成 25 年度 給食実施日数

| | 幼稚園 | 小学校 | 中学校 |
|------|------------------|------------------|------------------|
| 1 学期 | 4/18～7/11 (30 回) | 4/10～7/16 (65 回) | 4/10～7/16 (59 回) |
| 2 学期 | 9/6～12/16 (38 回) | 9/3～12/16 (70 回) | 9/3～12/16 (66 回) |
| 3 学期 | 1/14～3/13 (26 回) | 1/9～3/19 (47 回) | 1/9～3/19 (46 回) |

ただし、3才児は6/3から、小学1年生は4/16から開始します。

■ 平成 25 年度 学校給食費 について

| | 幼稚園児 | 小学校(1.2.3年) | 小学校(4.5.6年) | 中学生 |
|-----|---------|-------------|-------------|---------|
| 月 額 | 2,200 円 | 4,400 円 | 4,500 円 | 5,400 円 |

ただし、小学1年生の4月分は3,330円です。




給食費は食材料費のみ保護者に負担していただきます。

給食センターの維持管理費・光熱水費・人件費等は村が負担しています。

- ◎ 給食費は毎月期日までに納入をお願い致します。(8月は徴収しません)
- ◎ 病気などで学校を長期欠席し、連続10回(園児は連続6回)以上給食を食べない場合は給食費を減額徴収いたします。

■ 千早赤阪村の学校給食の内容

主食と副食(主菜+副菜)をとりそろえて、多くの食品をバランスよく!

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|--|------|---------------|-----|----------|----|----------|-----|---------------|----|------|----|-----------|----|-------|----|------------|-----|------|----|------------|
| 主 食 | <ul style="list-style-type: none"> ● 食事の中心として……エネルギーの半分は主食からとるようにしています ● いろいろな形の主食の工夫……バラエティー豊かな楽しい献立に <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; text-align: center;"> <p>ごはん</p>  <p>炊き込みごはん、ちらし ずし、まきずし、手巻き ずし、おにぎり、ピラフ</p> </div> <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; text-align: center;"> <p>パン</p>  <p>うずまきパン、黒糖パ ン、バターロール、クロ ワッサン、レーズンパン</p> </div> <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; text-align: center;"> <p>めん</p>  <p>焼きそば、うどん、冷麺、 スパゲティ、ラーメン、 冷やし素麺</p> </div> </div> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 副 食 | <ul style="list-style-type: none"> ● 手づくりこだわり、不要な食品添加物をできるだけ含まない本物の味を だし汁はけずり節・昆布・煮干し、スープは豚骨でとる カレールウ、ハンバーグ、揚げギョウザなど、ひとつひとつ手作り ● 子どもたちの嗜好を考慮する 子供たちによる献立考案や、思い出の給食アンケートなど ● 季節や旬を大切に……行事食や伝統食を取り入れる <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tbody> <tr> <td>4・5月</td> <td>こどもの日・入学お祝い</td> <td>11月</td> <td>セレクトメニュー</td> </tr> <tr> <td>6月</td> <td>かみかみメニュー</td> <td>12月</td> <td>交流バケツ・クリスマス献立</td> </tr> <tr> <td>7月</td> <td>七夕献立</td> <td>1月</td> <td>正月料理・震災献立</td> </tr> <tr> <td>9月</td> <td>お月見献立</td> <td>2月</td> <td>節分(まきずし献立)</td> </tr> <tr> <td>10月</td> <td>弁当給食</td> <td>3月</td> <td>ひな祭り・卒業お祝い</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> ● デザートや果物で心の栄養をつける 甘さをおさえたゼリー・蒸しパン・カスタードクリームなども手作り ● 牛乳で丈夫なからだづくり 子どものうちにカルシウムを充分とっておくと、 骨折や大人になってからの骨粗しょう症の予防になります ● 地場産物を取り入れる 作り手の見える、千早赤阪村の野菜や果物を積極的に取り入れて 献立表にも掲載し、子ども達に地場産物の関心を深めて欲しいと思っています ● 食物アレルギー代替食でみんなが食べられる給食を 食物アレルギーを持つ子どもに、原因食品を除き、代替りの食品を加えた 代替食を作っています。見た目や栄養価も近くなるように工夫しています | 4・5月 | こどもの日・入学お祝い | 11月 | セレクトメニュー | 6月 | かみかみメニュー | 12月 | 交流バケツ・クリスマス献立 | 7月 | 七夕献立 | 1月 | 正月料理・震災献立 | 9月 | お月見献立 | 2月 | 節分(まきずし献立) | 10月 | 弁当給食 | 3月 | ひな祭り・卒業お祝い |
| 4・5月 | こどもの日・入学お祝い | 11月 | セレクトメニュー | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6月 | かみかみメニュー | 12月 | 交流バケツ・クリスマス献立 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7月 | 七夕献立 | 1月 | 正月料理・震災献立 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9月 | お月見献立 | 2月 | 節分(まきずし献立) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10月 | 弁当給食 | 3月 | ひな祭り・卒業お祝い | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

■ 学校給食の栄養

「学校給食法」の下、「日本人の食事摂取基準」の考え方を踏まえ、「学校給食摂取基準」が定められていますが、平成 25 年 4 月に改正されました。摂取しにくい栄養素を学校給食で補うのではなく、子どもたちが「1食分の食事はこのくらいだ」ということを体得できるように、1日の約 1/3 量を給食で摂る形となっています。

| 学校給食摂取基準 | | | | | |
|---------------|--------------------------|------|-------|--------|--------|
| | 園児 | 6~7歳 | 8~9歳 | 10~11歳 | 12~14歳 |
| エネルギー (kcal) | 510 | 530 | 640 | 750 | 820 |
| たんぱく質 (g) | 18 | 20 | 24 | 28 | 30 |
| 脂質 (%) | 学校給食による摂取エネルギー全体の 25~30% | | | | |
| 食塩相当量 (g) | 2未満 | 2未満 | 2.5未満 | 2.5未満 | 3未満 |
| カルシウム (mg) | 280 | 300 | 350 | 400 | 450 |
| 鉄 (mg) | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 |
| ビタミン A (μgRE) | 150 | 150 | 170 | 200 | 300 |
| ビタミン B1 (mg) | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.5 |
| ビタミン B2 (mg) | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.5 | 0.6 |
| ビタミン C (mg) | 15 | 20 | 20 | 25 | 35 |
| 食物繊維 (g) | 4 | 4 | 5 | 6 | 6.5 |

※ たんぱく質については摂取エネルギーの 15%を占める重量となっています。

※ カルシウムについては成長期からだづくりに欠かせない上、現代の日本人に足りない栄養素であるという観点から、給食で1日の約半量をとる内容となっています。

※ ビタミン B1、B2 については欠乏しやすい栄養素のため、1日の約 40%となっています。

※ 12~14歳のビタミン A は摂取量が不足している実態から、1日の約 40%となっています。

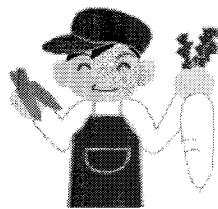
■ 安全・安心・おいしい 給食のために

● 食材の選定は、学校教諭や保護者なども参加する 物資購入委員会で行っています

給食で使用する食材は全て、衛生面や経営面の基準をクリアして千早赤阪村学校給食会に登録された業者から購入しています。

食材の選定は、毎月開催する物資購入委員会において、味、形、品質、産地、価格などを総合的に判断し、購入を決定しています。

納品の際には、栄養士や調理員が品質、鮮度等を確認し、安全な食材の仕入れに努めています。



● 千早赤阪村産の食材を積極的に利用しています

特産のみかんをはじめ、玉ねぎ、じゃがいも、きゅうり、みそなど、年間 1600kg 以上を取り入れています。また、近隣産として、道の駅かなんより年間 700kg 以上を購入しています。

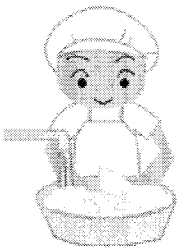
● 施設や従業員に対する 定期的な衛生検査を行っています

施設設備や調理品が衛生的に保たれているかチェックするために、毎月専門の機関による菌の検査を行っています。また、防虫防そ作業を専門の業者に毎月行ってもらっています。

調理員や配膳員の健康状態は毎日チェックし、月に 2 回検便を行い、良好な状態で給食業務に従事していることを確認しています。

● 学校給食衛生管理基準（文部科学省）にそって、安全な調理を行っています

野菜類は流水で 3~5 回洗浄、加熱中心温度 85°C1 分間以上の確認、児童が食べ始める 30 分前までの検食、作業ごとの手洗いの実施など、衛生管理を徹底した調理を行っています。



● 使用する主な食品について予定産地を公表しています

| 主な食品 | 平成 25 年度 予定産地 |
|---|---|
| 米 | 香川県 |
| 小麦粉 | アメリカ、カナダ、オーストラリア、滋賀県 |
| 牛乳 | 北海道、滋賀県、大阪府、和歌山県、兵庫県、岡山県、島根県、高知県、香川県、宮崎県、長崎県、大分県、熊本県、佐賀県 |
| 牛肉 | 熊本県、北海道、鹿児島県、大分県、徳島県、愛媛県、香川県、高知県、島根県、鳥取県、愛知県、青森県、兵庫県他 |
| 豚肉 | 鹿児島県、宮崎県、熊本県、大分県、長崎県、福岡県、岡山県、徳島県、愛媛県、香川県、高知県、広島県、鳥取県、兵庫県他 |
| 鶏肉 | 熊本県 |
| 魚介類（年契約分） | いか…北太平洋 むきえび…インド、ベトナム ちりめんじゃこ…瀬戸内 |
| 青果類、鶏卵および魚介類（月契約分）は各校園および給食センターに掲示しています | |

● 大阪府食の安全推進課に依頼し、食品に含まれる放射性物質の検査を行っています

平成 23 年 12 月より、大阪府が府立公衆衛生研究所において、希望制で府内の学校給食で使用する食材や調理済み給食の放射性物質検査を行っています。村からも検査日や対象食材を勘案して調査を依頼し、すべて検出限界以下という結果でした。詳しくは大阪府食の安全推進課ホームページで公表されています。