



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。1年間よろしくお願い致します。

## 給食当番の衛生チェック

**髪の毛が出ないように帽子をかぶる**  
髪が長い人は結びましょう

**マスクで鼻と口をおおう**

**手はせっけんできれいに洗う**  
爪は短く切っておきましょう

**清潔な白衣(エプロン)を身につける**  
白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

**清潔なハンカチを用意する**

おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。

### 知っていますか？ 食事のルール・マナー

**食器の置き方**

**給食の場合は…**

おはしをもつ手が右の人は、ごはんを左に、汁物を右に置きましょう。おかずは奥に置きます。  
ごはんや汁物のおわんは、手をもって食べましょう。

月	火	水	木	金
10	11	12	13	14
始業式	午前授業	豆まめごはん 牛乳 しゃもの天ぷら ゆかり漬け すまし汁	ごはん 牛乳 鶏肉のカシューナッツ炒め チンゲンサイのじゃこ和え 春雨スープ ヨーグルト	黒糖パン 牛乳 シーフードグラタン じゃがいものリヨン風 ミネストラスープ
17	18	19	20	21
ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ゆでブロッコリー りんご ジョアブレン	コッペパン 牛乳 ハンバーグ あげじゃが ジュリエンスープ 手作りいちごジャム	ごはん 牛乳 鶏のから揚げ ピリカラきゅうり ベーコンとじゃがいものみそ汁	カレーライス わかめサラダ バナナ 牛乳	コッペパン 牛乳 ケチャップフランク キャベツのカレーソテー コーンポタージュ スティックチーズ
24	25	26	27	28
栗赤飯 牛乳 ささみの天ぷら 白菜のおひたし かきたま汁 いちご	コッペパン 牛乳 ポークシチュー 豆とひじきのごまマヨ和え オレンジゼリー	たけのご飯 牛乳 かつおの揚げ煮 ブロッコリーのごま和え あさりのみそ汁 かしわもち	小きつねずし 小松菜のみそ汁 フルーツ白玉 とっとチーズ 牛乳	ミートスパゲティー もやしサラダ ヨーグルト 牛乳

# 学校給食について

## 学校給食とは

「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

## 学校給食の役割



栄養バランス  
健康の保持増進  
体位の向上

準備から片付け  
実践活動  
望ましい食習慣



地産地消  
郷土食や行事食



## 栄養管理と献立作成

「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

## 栄養

栄養士が  
献立作成  
しています



## 衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき、衛生管理の徹底に努めています。

### 調理員は健康

チェックをし、身だしなみを整えています。



### 野菜・果物は流水で3回以上洗います。

※食材に異物混入がないかもチェックします。



### 生で食べるミニトマトや果物を除き、すべて加熱します。

※加熱した食品は、中心温度を測定します。



### 調理後2時間以内に喫食できるよう、時間を考えて調理します。

調理時間と準備時間を考慮して、安全な給食を提供します。



月	火	水	木	金
10 始業式	11 午前授業	12 豆まめごはん ゆかり漬け すまし汁 ししゃもの天ぷら	13 鶏肉の カシューナッツ炒め ヨーグルト	14 シーフードグラタン じゃがいものリヨン風 ミネストラスープ
17 マーボー豆腐 ゆでブロッコリー りんご ジョアブレン	18 ハンバーグ あげじゃが ジュリエンスープ 手作りいちごジャム	19 鶏のから揚げ ベーコンと じゃがいものみそ汁 カレー(ルー) わかめサラダ	20 カレー(ルー) わかめサラダ ケチャップブランク コーンポタージュ	21 コッペパン 牛乳
24 ささみの天ぷら かきたま汁 いちご ごま塩	25 ポークシチュー 豆とひじきの ごまマヨ和え オレンジゼリー	26 たけのこご飯 ブロッコリーのごま和え あさりのみそ汁 かつおの揚げ煮	27 小さつぶずし(具) 小松菜のみそ汁 フルーツ白玉 とっとチーズ	28 ミートスパゲティ もやしサラダ ヨーグルト

【栄養三色】黄:ちからや熱になる(炭水化物、脂肪) 赤:ちからをつくる(たんぱく質、ミネラル) 緑:ちからを調子をととのえる(ビタミン、ミネラル、食物繊維) ★印は千早赤阪村産、☆印は河南町産です。 ※材料入荷の都合などにより内容を変更する場合があります。ご了承ください。