

給食だより

令和6年 4月
都立永福学園
校長 緒方 直彦
栄養士 野中 千裕
藤枝 真央
増田 高大

御入学・御進級、おめでとうございます。新しい学年、クラスで取り組みたいことがたくさんあると思います。みなさんのチャレンジをお手伝いできるような、元気のもとになる給食をお届けしたいと思います。

今年度もよろしくお楽しみです！

本校は調理業務を委託しております。株式会社藤商会の調理員と協力しながら普通食・形態食合わせて約600食を作ります。毎日安全・安心・おいしい給食をお届けできるよう、取り組んでまいりますのでどうぞよろしくお願い申し上げます。

学校給食の栄養

学部や学年によって食べる回数は異なりますが、本校は今年度 207 回の給食を作る予定です。簡単に学校給食の栄養についてお伝えします。

○学校給食は1日3食のうちの1食なので、そのエネルギーは1日の必要エネルギーの約33%です。そのエネルギーをたんぱく質から13~20%、脂質から20~30%とるように献立を立てています。

○多くの栄養素については、1日の推奨量(98%の人が足りる値)の約33%を目標としていますが、御家庭で不足しがちな栄養素については別の基準が設けられています。【例】カルシウム50%(給食のカルシウム摂取量で大きな役割を果たしているのが、牛乳です)

○ナトリウム(食塩相当量)については、1日の目標量から平成26年に行われた調査で分かった御家庭での摂取量を引いて給食で摂れる量を割り出すと…献立作成上味付けが難しくなるという理由から、1日の目標量の1/3未満が学校給食の基準となっています。

このような基準を満たしながら、右の「給食の献立方針」で献立を考えています。

「今日の給食はなんだろう？」と楽しみにしてもらえる給食づくりを目指します。



4月の学校給食

☆4月15日 永福学園・大塚ろう学校永福分教室の幼児・児童・生徒が全員そろって給食を食べる最初の日です。お祝いの気持ちをこめてちらし寿司にしました。

☆4月17日 月に1度の麺の日！今月はミートソーススパゲッティです。たくさんの量を大きな釜で作るミートソースはおいしいですよ。

☆4月26日 春のキャベツは葉が柔らかく、甘いのが特徴です。春キャベツをたっぷり使ったシチューを作ります。

給食の献立方針

- ① 主食はご飯を中心としています。一か月にパン2回、麺1回以外はご飯を主食とする献立です。
- ② 冷凍加工食品(冷凍コロッケなど)は使用しません。また、だしは鰹節・昆布・煮干し、スープは鶏ガラ・豚骨・香味野菜などからとっています。
- ③ 生鮮野菜・果物は国産品を使用しています。
- ④ 魚肉加工品(かまぼこなど)・食肉加工品(ベーコンなど)は食品添加物の入っていないもの、極力使っていないものを使用しています。
- ⑤ 日本の行事食や郷土料理、世界の料理などを定期的に取り入れます。

「こんなのが食べたい！」というリクエストもお待ちしております♪気軽に声をかけてくださいね。

