

給食だより

令和8年 4月
都立永福学園
校長 三浦 昭広
栄養士 渡會 勲
梅澤 紗綾香

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 200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、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8日 暖かい日差しの春を巻いた春巻きです。春巻きの具は、鮭と大葉とゆかりを入れて、野菜ソースをかけます。
- ☆4月16日 入学・進級を祝い、お赤飯です。お赤飯は日本の伝統的な行事食で、赤い色が邪気を祓うという言い伝えがあります。新たな気持ちで新学期を迎えましょう。
- ☆4月21日 とともち汁は、富山県の郷土料理です。「とと」は、魚のことです。とともちとは、漁業の盛んな町で大物以外の多種多様な小魚のすり身を、餅のようにして汁を作ったことから、とともち汁と呼ばれています。

永福学園の献立

- (1) 日本の食文化を大切にし、ご飯を主食とする和食を中心に献立を作成しています。パンが主食の献立は月に2回程度、麺類が主食の献立は月に1回程度、それ以外にご飯を主食とする献立です。
- (2) 食材のもつ香り・風味を活かし、だし汁は鯉節・昆布や煮干し、スープは鶏がら・鶏肉から時間をかけて手作りしています。
- (3) 季節・旬・行事を大切にし、楽しみながら食べる給食を心掛けています。旬の野菜や果物を積極的に使用し、日本の伝統料理や郷土料理の他、世界の国々の料理なども取り入れるようにしています。

