

4月 食育だより

～フイリソシンカ～



令和5年4月発行
北谷町立学校給食センター
〒904-0103
北谷町字桑江566番地1
TEL 936-3269
FAX 936-6896

学校栄養職員 山口 理栄

学校栄養職員 新川 菜々子

ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事です。子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、以下のようなさまざまなことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。

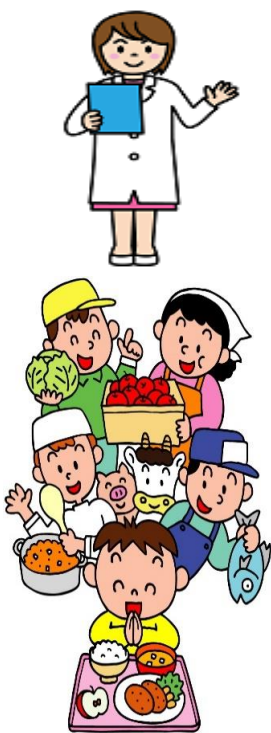


☆給食目標☆

給食の準備を
きちんとしよう。

☆栄養目標☆

献立名や食品名を
知ろう。



給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)

<h4>食事の重要性</h4> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<h4>心身の健康</h4> <p>心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</p>	<h4>食品を選択する能力</h4> <p>正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<h4>感謝の心</h4> <p>食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<h4>社会性</h4> <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<h4>食文化</h4> <p>各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>

出典：文部科学省「食に関する指導の手引—第二次改訂版—」(H31.3)

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、一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。



北谷給食センター

提供学校：6小中校+4幼稚園
(北谷幼小・北玉幼小・浜川幼小・北谷第二幼小)
桑江中・北谷中
給食人数：約3600人
所長：1名・事務員：2名
栄養士：2名・調理員：20名



まだ制限の多い給食時間となりますが、子どもたちが楽しみにするような給食を提供していきたいと思っています。一年間、どうぞよろしくお願い。



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。

<h4>調理員は健康</h4> <p>チェックをし、身だしなみを整えています。</p>	<h4>野菜・果物は流水で3回以上洗います。</h4> <p>※食材に異物混入がないかもチェックします。</p>	<h4>生で食べるミニトマトや果物を除き、すべて加熱します。</h4> <p>※加熱した食品は、中心温度を測定します。</p>	<h4>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。</h4>
---	--	---	--