

ご入学、ご進級おめでとうございます。

学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子ども達の健やかな成長を支えるとともに、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、職員一同心を込めて給食づくりに努めてまいります。



## 食品成分表改定のお知らせ

食品成分を計測する物差しが変わりました。学校給食の栄養量は、日本食品成分表（文部科学省科学技術・学術審議会資源調査により調査・公表されているデータ）より算出しています。匝瑳市では、**令和5年4月より、八訂日本食品成分表（最新）**を用いて栄養量を算出しています。

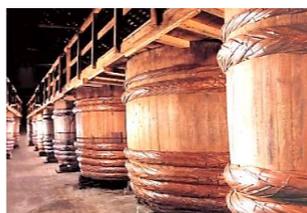
日本食品成分表が新しくなったことにより、今まで計算式で求めていた栄養量が実際の食品から計測できるようになりました。そのため**エネルギーの値がこれまでより少し低くなっていますが**、今までの給食の量が少なくなるわけではありません。給食提供量は、**今まで通りの量を提供しています**ので、栄養が不足したり、食べる量を増やさなければならないというわけではありませんのでご安心ください。



# そうさの逸品 グルメめぐり



今年度は、1年通して、給食に使用している市内で作られた食材や調味料を紹介していきます。学校では匝瑳市の地図と紹介カードを掲示、献立表にも、一口メモやクイズが登場するのでそちらもチェックしてください♪



しょうゆの生産量日本一の千葉県。匝瑳市にもしょうゆ工場があり、給食ではこの工場のしょうゆを使用しています。

この工場でしょうゆ作りをはじめたのは、なんと明治時代！蔵に杉の木で作られた巨大な桶（おけ）が100本以上並んでいて、その大きさは東日本屈指と言われています。広い工場の敷地内には木桶のほか、醸造タンクも完備しており、品質を保ちながら大量生産しています。



## 給食等を通して学び、身に付けたいこと（保育の視点）



<h3>食事の重要性</h3> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<h3>心身の健康</h3> <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>	<h3>食品を選択する能力</h3> <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>
<h3>感謝の心</h3> <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>	<h3>社会性</h3> <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>	<h3>食文化</h3> <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）

日	こ ん だ て 名		牛乳	おもな材料とその働き			一口メモ	エネルギー	
				血や肉になるもの 赤色の食品	働く力になるもの 黄色の食品	体の調子を整えるもの 緑色の食品		たんぱく質 カルシウム	脂質 塩分
1	ミルクロールパン	チョコクリーム	シ	スペインふうオムレツ さけ	パン バター さとう あかいんげんまめ	にんじん たまねぎ キャベツ	◆食事マナーふりかえり 背筋を伸ばして姿勢よく食べよう	639kcal	
水	スペインふうオムレツ サーモンとほうれんそうのこめこシチュー	ペネスパゲティ	ヨ ア	ぎゅうにゅう スキムミルク	いんげんまめ しろういんげんまめ ひよこまめ	ほうれんそう マツシユルーム		28.5g 17.0g	
2	ごはん	いちごゼリー		ベーコン チーズ ジョア	こめこ ペネネ オリブゆ チョコクリーム	にんにく コーン トマト	812mg 2.2g		
木	チーズはんぺんフライ なめこじる	いそかあえ なのはなふりかけ	○	チーズはんぺんフライ えいようだし	こめ あぶら	ねぎ にんじん	汁物は具がずんでいるので、よくかき混ぜながら、盛りつけましょう。	657kcal	
				とうふ わかめ かつおぶし みそ のり	ふりかけ	だいこん なめこ		23.4g 17.8g	
				おしゃべりみそ ぎゅうにゅう	いちごゼリー	ほうれんそう キャベツ		400mg 3.1g	

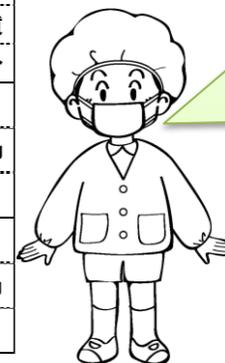


メニューを確認して、給食時間を楽しみに待って！  
 お家の方は、料理の参考にも!!  
 初めて食べる食品は、ご家庭で事前に食べてみることをおすすめします。

食品の体内での働きによる『なかまわけ』は小学校で学習します。正しく分けられるかな？ バランスよく食べることで元気モリモリに♪

料理の説明や、衛生の話のほか、ときどきクイズも出題されます！

日々の栄養量を表示しています。献立表の下には、目標量が記載してあるので、参考にしてみましょう。



給食当番は身だしなみを整えよう。給食着、帽子、マスクは清潔かな？