

きゅうしょくだより4月

しもつけしりつきおんしょうがっこう
下野市立祇園小学校

にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級おめでとうございます！

げんき しんにゅうせい むか しんがつき はじ あたら とも せんせい いっしょ
元気いっぱいの新入生を迎え、新学期が始まりました。新しい友だちや先生と一緒に、
えいよう きゅうしょく た しんしん せいちょう
栄養バランスのとれた給食を食べることによって、心身ともに成長します。また、
きゅうしょく い きょうざい た かた きょうりょく たいせつ かんしゃ ところ そだ
給食は「生きた教材」として、食べ方のマナーや協力の大切さ、感謝の心を育てること
にもつながります。今年も、子どもたちの心身の健康や成長を支え、安全・安心でおいしい
きゅうしょく めざ ねが
給食づくりを目指してまいりますので、よろしくお願いいたします。

がっこうきゅうしょく ないよう 学校給食の内容について

しゅしょく しゅさい ふくさい きゅうにゅう きほん
～「主食」「主菜・副菜」「牛乳」が基本です～

しゅしょく 主食



はん しゅう かい げつ すい きん
《ご飯》週3～4回（月・水・金）
下野市のコシヒカリを使用し、学校で炊いています。
きゅうしょく とお わしょく よ つた こんだて ていきょう
給食を通して和食の良さを伝えられる献立を提供
します。米代は、市の補助で賄われます。
《パン》週1～2回（火・木）
コッペパンや食パンの他に、米粉パンや調理パン
を提供します。
めんるい つき かいいていど
《麺類》月1～2回程度（火・木）
スパゲティやうどんなどの麺料理がです。

しゅさい ふくさい 主菜・副菜



さかな にく とうふ まめりい やさい
魚、肉、豆腐、豆類、野菜などを
にももの や もの いた もの あ もの するもの
煮物、焼き物、炒め物、揚げ物、汁物、
あ もの
和え物とさまざまな方法で調理します。
きせつ おう しゅん しょくさい じもと と
季節に応じた旬の食材や、地元で採
る食材を活用し地産地消にも取り組んで
います。汁物のだしは、煮干しやかつお
節でとっています。



きゅうにゅう 牛乳



とちぎけんさん きゅうにゅう まいにち
栃木県産の牛乳が毎日です。
きゅうにゅう せいちょうき ひつよう しつ
牛乳には、成長期に必要なカルシウムやたんぱく質
などの栄養素が含まれています。毎日欠かさず飲むよ
うにしましょう。

この他にも、旬の食材を使った
献立の工夫や毎月19日に地元の食材
を使った、「しもつけいっぱい day」
を実施します。また、郷土食や行事食
などで昔からの食文化を
伝えていきます。



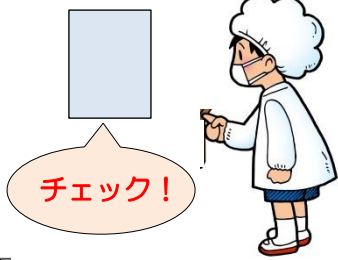
献立表を参考に！

学校では、毎月の献立表を配布しています。給食は栄養バランスを考え、不足しがちな栄養素もきちんととれるように作成しています。ぜひ、ご家庭での献立の参考や、お子さんと給食のことについて話す際にご活用ください。

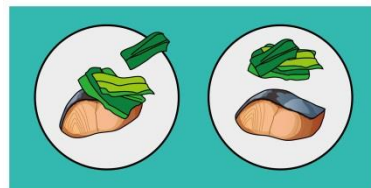


給食の盛りつけ方

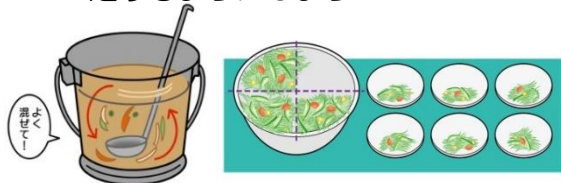
はいぜんす 配膳図をよく見よう



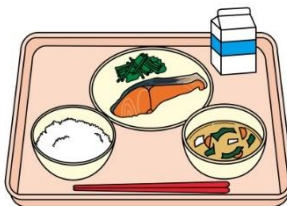
とうく しょうす つか 道具を上手にを使ってきれいに盛りつけよう



にんすう りょう かんが さいご ひと 人数と量を考えて最後のひと 足りるようにしよう



ただ しょうす 置き 正しく食器を置こう



ごはんは左側、汁わんは右側。箸は、箸先を左にして手前に置きます。おかずと牛乳は、ごはん・汁わんの奥に置きます。

給食当番の衛生チェック!

きちんとできているか 確認しましょう。



《おうちのかたへ》

- ・給食セット(テーブルクロス・はんかち・マスク)を毎日、給食当番の時は給食当番セット(エプロン・頭おい・マスク)を持たせてください。
 - ・かみの毛が長いお子さんは、結ぶようにしてください。
 - ・配膳がスムーズにできるようにおうちでも練習してみてください。
- ご協力お願いいたします。



今年度の祇園小学校の給食

給食費 月4700円
給食費はすべて食材料費にあてられます。
給食数 約320食/日
調理業務民間委託業者 栃木県学校給食会
調理員 6名

☆徹底した衛生管理のもと、安全を第一に考え、美味しい給食作りに励んでいきたいと思ひます。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。



給食費の返金について

下記の事について学級担任を通じ、給食欠食の申し出がある場合には、食材を停止した日から連続10日以上欠席した場合、返金いたします。

- ・病気やその他の理由により、連続10日以上(土日祝日を含まない)欠席する場合。
- ・食物アレルギーでパンや牛乳の除去が行われた場合。

*食物アレルギーを新たに発症した場合は学校までお知らせください。