

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 ころも 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）
しもつけし しゅう しょうがく だ
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）
こっぺ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 しるもの
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、煮干しやかま
ぶし
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
こんだて くふう まいつき にち じもと しょくさい
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、きょうどしょく きょうりょく
郷土食や行事食
などで昔からの食文化を
つた
伝えていきます。



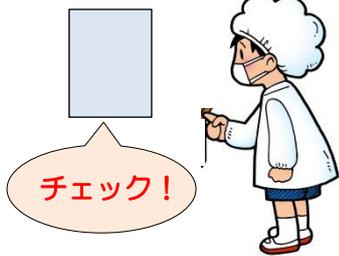
献立表を参考に！

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。

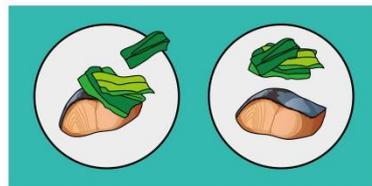


給食の盛りつけ方

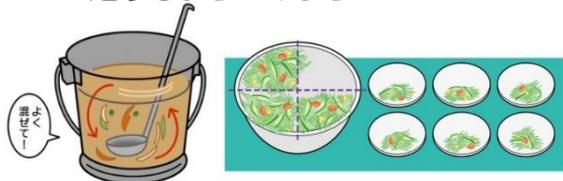
はいぜんす み
配膳図をよく見よう



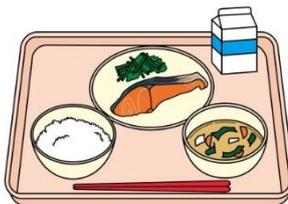
とうく しょうす つか も
道具を上手に使うってきれいに盛りつけよう



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 しょうすき お
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。