

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!

いよいよ、令和8年度の学校給食が始まります。給食は、健康で元気な「からだ」をつくることだけでなく、「こころ」も元気にする役割があります。給食の準備から片付けまで、みんなで協力して行い、思いやりや感謝の気持ちをもって、楽しい給食の時間をつくっていきましょう☆

学校給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い及び望ましい食習慣を養うこと。



③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び共同の精神を養うこと。



④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神ならびに環境の保全に寄与する態度を養うこと。



⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。



⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。



寒河江市小学校の給食

●学校給食は『学校給食法』に基づき、学校教育活動の一環として実施されています。

- 献立・・・市内小学校に所属する栄養教諭・栄養士が「ねらい」をもって作成しています。
- 自校給食方式・・・各小学校内の調理室で調理しています。
- 給食の形態・・・「主食」「主菜」「副菜」「汁物」「牛乳」を基本としています。
- ・米飯は、地元のおいしい「寒河江市産はえぬき」を使用しています。
【山形広域炊飯施設（山形市）で炊飯、配達と回収をします】
 - ・パンは、「学校給食用無漂白の小麦粉」を使用しています。
【たいようパン株式会社（高畠町）で作り、配達します】
 - ・麺類は、「中華めん（ラーメン、焼きそば）」「うどん」「スパゲティ」を提供。
 - ・牛乳は、県産牛乳100%の「奥羽そだち 200 ml」を提供。
【奥羽乳業株式会社（河北町）で製造、配達します】
- 給食費・・・一食単価の目安は、**362円**です。
児童の給食費は、令和3年度より完全無償化になっています。

「学校給食」は「生きた教材」です!

栄養バランス
食品の種類や特徴
感謝の心
食料の生産・流通・消費
ふるさとの食文化
よりよい人間関係の形成
日本の伝統行事と行事食
食事の喜び・楽しさ
世界の食文化
食に関する知識・理解・関心

毎月19日は『さがえ食育の日』です。

その日を含む給食週間のねらいを「郷土料理・特産物を味わおう」にし、地元の食材をより多く提供しています。



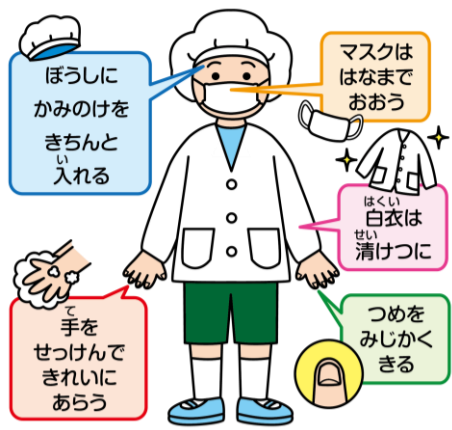
ねらい	日(曜)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
給食の時間の過ごし方を覚えていこう	予定こんだて	☆寒河江市の人気メニュー☆		カレーライス	とりそぼろどん 牛乳 ちくさあえ あつあげのみそ汁 【1年生給食なし】	カレーライス 牛乳 カラフルサラダ お祝いクレープ (全校給食開始)
	きいろのなかま	きなこパン	もずくどん	ミートソーススパゲティ	ごはん ごま さとう あぶら	ごはん あぶら じゃがいも カレールウ ドレッシング クレープ
	あかのなかま				牛乳 わかめ とうふ あつあげ あぶらあげ とりにく みそ	牛乳 ぶたにく チーズ かまぼこ
	みどりのなかま	キャベツのごまかけ	てづくりプリン		たけのこ ごぼう こんにゃく もやし にんじん たまねぎ グリンピース ほうれんそう しいたけ えのきだけ	たまねぎ にんじん にんにく コーン チャツネ グリンピース キャベツ キュウリ フロッコリー パプリカ

※ねらいの料理を斜字・下線で表記しています。

◆安全に給食を食べるために気をつけること◆

給食を食べるまでに、教室でできる衛生管理があります。一人ひとりがマナーを守って、安心して給食の時間を過ごせるようにしましょう。

①エプロン・帽子・マスクを正しく着用しよう!



②爪は短く切っておこう!



爪が長いと、爪の間に汚れが溜まって、バイキンやウイルスが繁殖しやすくなり、様々な病気への感染リスクが高まっています。

③せっけんでしっかり手を洗おう!



汚れをしっかり落とすためには、せっけんで洗うことが大切です。

給食だよりには、こんなことを掲載します

- ①「献立のねらい」「提供予定献立」「使用する食品名」
※食品名については、おもな働きごとに、赤・黄・緑の3つのなかまに分けています。

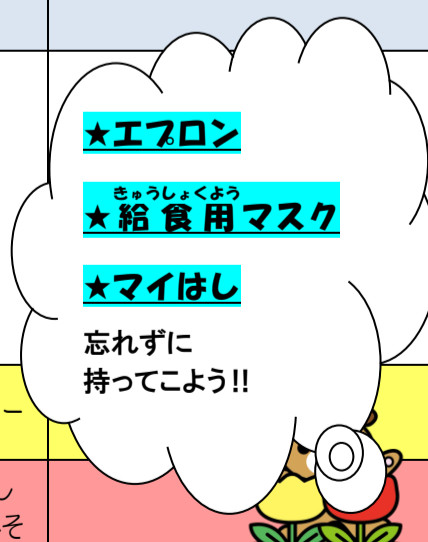
★「赤・緑・黄」のなかまとは?

食べものを「働き」によって3つの色のなかまに分け、子どもたちに分かりやすく示した栄養バランスの名称です。



- ②知ってほしい食に関する情報
- ③各小中学校で作成(選択)した献立へのメッセージや郷土料理や行事食について、子どもたちの給食の様子や給食レシピなど。

ねらい	日(曜)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
黄色のなかまの食品と働きを知ろう	予定こんだて	ほうれん草とベーコンの牛乳 チャーハン パンサンスウ 中華スープ	わかめごはん 牛乳 厚焼きたまご みそポテト 貝だくさん汁	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き きんぴらごぼう 麩と小松菜のみそ汁	ごはん 牛乳 鶏の米粉唐揚げ もやしのごまあえ 大根のみそ汁	食パン いちごジャム 牛乳 ハンバーグ イタリアンサラダ クリームシチュー
	きいろのなかま	ごはん あぶら はるさめ さとう ごまあぶら ごま	ごはん さとう じゃがいも あぶら こむぎこ	ごはん ぶ さとう ごま	ごはん さとう かたくりこ こめこ あぶら ごま	パン ジャム じゃがいも こめこ さとう ドレッシング パター
	あかのなかま	牛乳 ベーコン とりにく とうふ	牛乳 とりにく わかめ たまご みそ あぶらあげ	牛乳 さけ ぶたにく さつまあげ とうふ みそ	牛乳 とりにく あつあげ わかめ みそ	牛乳 ぶたにく とりにく まぐろ ベーコン
	みどりのなかま	ほうれん草 コーン にんにく もやし きゅうり にんじん キャベツ チンゲンさい	はくさい だいこん にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ	ごぼう にんじん こんにゃく ピーマン こまつな えのきだけ	ねぎ しょうが にんにく にんじん ほうれん草 しめじ だいこん もやし	ブロッコリー キャベツ パプリカ にんじん たまねぎ マッシュルーム
ねらい	日(曜)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
郷土料理・特産物を味わおう	予定こんだて	ソースカツ丼 牛乳 県産キャベツの塩昆布和え わかめスープ	県産うこぎごはん 牛乳 タコメンチカツ きりぼしだいこん にももの 切干大根の煮物 県産なめこのみそ汁	ごはん 牛乳 鶏肉のこうじ焼き おかかあえ 県産たけのこ汁	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 県産うどん入りごまみそ和え 県産豚肉入りいもち汁	県産豚肉入り焼きそば 牛乳 揚げぎょうざ お米のムース
	きいろのなかま	ごはん パンこ こむぎこ ざらめ あぶら	ごはん さとう あぶら ごま かたくりこ パンこ こむぎこ	ごはん さとう	ごはん ごま さとう いもち	ちゅうかめん あぶら かたくりこ こむぎこ ムース
	あかのなかま	牛乳 ぶたにく とうふ みそ こんぶ わかめ	牛乳 たらすりみ たこ あぶらあげ とうふ みそ	牛乳 とりにく あつあげ みそ かつおぶし	牛乳 さば かまぼこ ぶたにく みそ	牛乳 ぶたにく あおのり とりにく
	みどりのなかま	キャベツ きゅうり にんじん チンゲンさい えのきだけ	うこぎ きりぼしだいこん にんじん こんにゃく えだまめ なめこ ねぎ	こまつな もやし にんじん たまねぎ こんにゃく もうそうだけ	うどん キャベツ もやし ねぎ だいこん たまねぎ にんじん ごぼう	たまねぎ もやし キャベツ にんじん ピーマン しめじ しょうが
ねらい	日(曜)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	
赤のなかまの食品と働きを知ろう	予定こんだて	ごはん 牛乳 まぐろカツ 野菜いため たまごスープ		昭和の日	ごはん 牛乳 栄養納豆 ちくぜんに こまつなのみそ汁 いちごゼリー	
	きいろのなかま	ごはん パンこ こむぎこ あぶら かたくりこ			ごはん あぶら さとう ゼリー	
	あかのなかま	牛乳 まぐろ ベーコン たまご なると			なっとう チーズ かつおぶし のり とりにく あつあげ みそ	
	みどりのなかま	キャベツ こまつな チンゲンさい にんじん えのきだけ たまねぎ			ほうれん草 にんじん れんこん しめじ こんにゃく ごぼう しいたけ こまつな いちご	



※ねらいの料理を斜字・下線で表記しています。