

きゅうしょくだより

高崎市立西部小学校
平成31年 4月

うちの人のいっしょにみてください。

ご入学 ご進級 おめでとうございます

新年度がスタートしました。新入生のみなさんも在校生のみなさんも、これから始まる新しい生活に期待やる気が満ちあふれていることと思います。
楽しい学校生活を送るためには、健康第一です。特に環境が変わる4月は疲れがたまりやすい時期です。早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて登校しましょう。
給食を通して、みなさんの健康な体づくりのお手伝いをしていきたいと考えています。
今年度も学校給食に、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



給食費について

月により給食回数に差がありますが、年間一人当たり50,930円の給食費を11回、毎月同額の4,630円で分割納入することをご理解よろしくお願いいたします。平成31年度の給食 予定回数は、196回です。(1年生については、4月のみ3,840円です。)
2月・3月分は、2月に2ヶ月分まとめて引き落としとなります。ご注意ください。
毎月、給食費の引き落とし日は、1度しかありませんので、口座残高の確認をお願いいたします。
給食費は全額、子どもたちが食べる食材購入費にあてられています。食材料以外の消耗品・光熱費・設備費・管理費につきましては、市の費用で負担されています。

※ 長期欠席者について

保護者から申し出のあった日を含め、連続6日を超えて欠席した場合に、基準に基づき返金することになっております。必ず、前もって学級担任に給食を停止する旨をお伝えください。

食物アレルギーについてのお願い

学校給食では、様々な食材を取り入れた献立づくりに努めています。
食物アレルギーの新規発症を防止するために、給食で初めて食べる食材がございましたら、ご家庭で一度召し上がり様子をみていただきたいと思います。
万が一、食品によるアレルギー反応がみられたり、体調を崩すことがありましたら医師による診断を受けていただき、給食での対応が必要な場合は、学級担任に連絡をお願いいたします。

学校給食の摂取基準をお知らせします

学校給食は、お腹を満たすだけの食事ではありません。栄養のバランスを考えて作られた食事です。小学校の6年間は、心もからだも大きく成長する時期です。学校給食では、子どもたちが1日に必要な栄養素のおよそ3分の1を補えるよう献立を立てています。

エネルギー (kcal)	650	ビタミンA (μgRE)	170
たんぱく質 (g) (範囲)	25 (13~20%)	ビタミンB1 (mg)	0.4
脂質 (%)	摂取エネルギーの20~30%	ビタミンB2 (mg)	0.4
ナトリウム (食塩相当量) (g)	2.0未満	ビタミンC (mg)	20
カルシウム (mg)	350	食物繊維 (g)	5
鉄 (mg)	3		

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p>	<p>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。</p>	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p>	<p>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並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	

給食室のメンバーを紹介します

栄養士 清水 恵梨沙 給食技士 久保 真奈 茂木 美紀 中林 比呂美
心を込めて「安心・安全」でおしく、楽しい給食をみなさんに、お届けできるよう4人で力を合わせて頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。
給食室は、1階にあります。ぜひ、給食室をのぞいてみてください。

