

食育&給食だより



(おうちの人と一緒に読んでね)



色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。子供たちの健やかな成長のために、安全でおいしい給食を目指し、日々精進していきたいと思います。本年度もよろしくお願いたします。

子ども 健康と学校給食



学校給食は、教育活動の一環として行われています。子供たちの心身の健全な発達や、食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割を持ちます。そのため、エネルギー量や栄養バランスだけでなく、旬の食材や行事食等を取り入れた「教材としての献立」を考えています。ぜひご家庭でも給食の話題に触れてみてください。

★ 献立内容について

●主食

成長段階に合わせ、学部により、1人当たりの量が異なります。

○御飯(週4回実施)

宮城県産の麦御飯や変わり御飯も組み合わせながら実施しています。

○パン(週1回)

食パンや米粉パンなど様々な種類のパンを提供しています。県内統一の規格の学校給食パンを購入しています。

○麺(月1~2回)

うどんや焼きそばなどを実施しています。



●デザート

献立のバランスを考慮して組み合わせています。果物やカップヨーグルトなどが付きます。

●牛乳

給食実施日に毎日付きます。成長期に欠かせない、たんぱく質やカルシウムを効率よく、摂取することができます。

●主菜(肉・魚・卵を使ったおかず)

●副菜(野菜・きのこ・海藻を使ったおかず)

煮物、焼き物、揚げ物など様々な調理法で旬の食材や行事食や郷土食を取り入れています。

●汁物

野菜や芋類、豆類などいろいろな材料を使用しています。

「今日の給食どうだった？」



毎日の給食を、ぜひおうちで話題にしてください。「初めて食べるものが出た!」「いまいちだった…」などいろいろな感想が出てくると思います。「今日の給食楽しみ!」「おいしい給食だったよ!」と毎日の会話が弾むような給食作りに努めます。

《献立表・お便りを御活用ください》



ぜひ毎日の献立を御家庭でも御確認ください。見やすい場所に貼っておいていただくと、いいですね。苦手な食べ物や食べられるよう支援していただけたら幸いです。

《ハンカチやエプロンの衛生に御協力を》



手を拭くための清潔なハンカチやおしぼり等御用意ください。高等部は給食当番も行いますので、エプロンやバンダナも洗濯をして、衛生的に保っていただくようお願いいたします。