

食育だより



令和6年度 第1号
柏市立南部中学校
栄養士 阿部



ご入学・ご進級おめでとうございます。

新年度が始まりました。学校給食は、子どもたちの成長を支えるため栄養バランスのよい食事を提供していきます。「食育」は知育、徳育、体育の基礎となる大切なものです。食育基本法の前文には、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、「食」が重要である」とあります。「学校給食」をとおし、子どもたちに食の大切さを伝えていきます。

年度初めは、環境の変化により心も体も疲れが出やすい時期です。規則正しい生活とバランスのよい食事を心がけ体調管理に努めましょう。

南部中学校の給食

南部中学校は、^{いちふじ}一富士フードサービス（株）の調理員さんが給食を作ります。

調理業務のみを民間会社に委託して給食を作っています。
今年度も安全でおいしい給食を提供していきます。



※献立について

文部科学省の栄養摂取基準を基に作成します。家庭では摂取しにくい「魚」「豆類」「芋類」「種実類」「海藻」などを多く取り入れるようにしています。また、『旬』の食材や千葉県産・柏市産の食材を積極的に取り入れています。

※調理について

◆手作りを心がけています。

グルタンや春巻き、ケーキなどもできる限り手作りで提供できるよう努めています。

◆化学調味料は使いません。

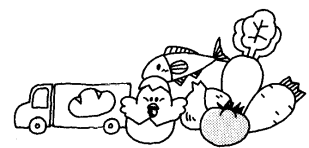
出汁は、昆布や削り節を使用しています。出汁の旨味を活かし、薄味の調理を心がけています。

◆カレーやシチューに使う「ルー」は手作りで。

小麦粉・米粉・バター・サラダ油を炒めて作ります。

※衛生管理は？

文部科学省から出ている「学校給食衛生管理基準」や「柏市学校給食作業マニュアル」に基づいた調理作業を行っていきます。毎日の調理作業については、調理従事者と確認し、衛生管理の向上に努めていきます。



給食費について

近年の食材料高騰に対応するため、令和6年4月から学校給食費が改定いたしました。ただし、令和6年度は値上げ分を市が負担しますので、保護者の皆様の負担額に変更はありません。

- ※年間給食回数・・・180回
- ※年間給食費
保護者負担：59,400円
(330円×180回)
1ヵ月5,280円

| 給食費(令和6年4月～) | | |
|--------------|--------|-------------|
| 給食費 | 保護者負担 | 市の補助 (※) |
| 406円 | 330円 | 76円 |
| 6,496円 | 5,280円 | 1,216円 |

集金回数は年間9回です。1年間の給食費を平均して月々の集金額にしています。詳細は別途配布する「令和6年度 諸費集金計画について」のお便りをご覧ください。

5月に4・5月分、2月に2・3月分を集金します。8月の集金はありません。

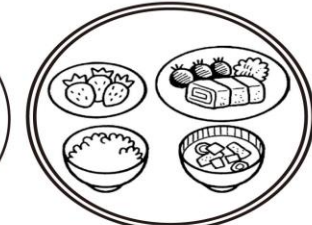
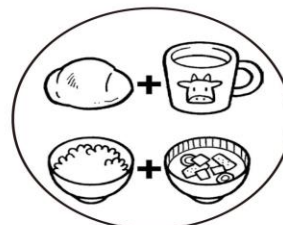
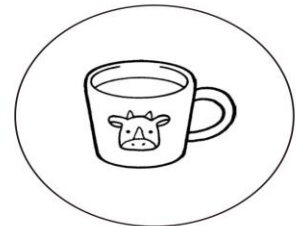
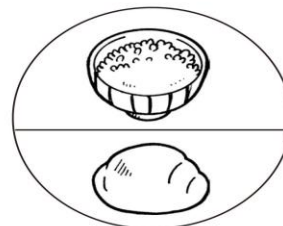
- ※ 学年全体に関わる行事（宿泊学習等）の給食費は、2月の集金額で調整いたします。学校行事の関係により給食実施回数が増減することをご了承ください。
- ※ インフルエンザ等の感染症予防上必要な措置として行う臨時休業（学級閉鎖等）の場合は、臨時休業期間における給食提供予定日の4日目以降分を返金します。（3日以内は発注の関係上、返金できませんのでご了承ください）
- ※ 長欠・病休の場合…「給食停止願」を提出して4日目以降から日数割りで集金・返金します。担任にご連絡ください。

朝食は生活リズムを整える第一歩！

どんな朝ごはんを
食べていますか？

朝ごはんを食べているといっても、内容について、ふりかえてみたことはありますか？

「菓子パンだけ」や「ふりかけごはん」だけの人は、少しずつでも、もう1品増えるように努力をしてみましょう。夕ごはんのおかずの残りを食べる、ゆで卵をつくるなど、少しの工夫で栄養価がアップしますので、自分なりに考えてみましょう。



2品

3品以上

～保護者の皆様へお願い～

給食当番になった生徒は白衣・帽子を週末に持ち帰ります。

洗濯をしてアイロンをかけて、翌週月曜日に持たせてください。また、ボタンのほつれ等ありましたら繕っていただけると助かります。

お手数おかけしますが、ご協力をよろしくお願いいたします。