



4月 給食だより

西岐波学校給食共同調理場
令和6年度

入学、進級、おめでとうございます。

うらかな春の光とともに新年度がスタートしました。新しい友達もたくさんつくって、勉強にスポーツにがんばってほしいと思います。

学校給食は子どもたちが栄養バランスのとれた食事をクラスの友達や先生と一緒に食べ、そのふれあいの中で心を豊かにし、体の健康を育てていきます。さらに給食を「生きた教材」として、健康的に過ごすためのよい食べ方やマナー、協力の大切さや感謝の心を育む食育が進められます。今年度もみなさんに楽しみにしてもらえ、安心安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



* 毎月の献立表が変わります *

令和6年度より、家庭用献立表の様式が変更になりました。サイズはA4、献立表と給食だよりの両面印刷となります。



宇部市ではマイはし・マイスプーンを推進しています。献立表をよく見て持ってきてきましょう。

- ◎ はしは毎日、スプーンは○印がついている日に持ってきてください。
- ◎ 毎日家に持って帰り、きれいに洗ってから持ってきてきましょう。

日にち	主食	おかず	スプーン	使われている食品						エネルギー たんぱく質 塩分	家庭で とりたい 食品
				(赤) 体をつくる		(緑) 体の調子を整える		(黄) エネルギーのもとになる			
				たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質		
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
9 火	たてわり パン	はるやさいのポトフ ハンバーグ、むしやさい いっしょくけチャップソース	△	豚肉、 ウインナー、 ハンバーグ	牛乳	にんじん、 アスパラガス	たまねぎ、キャベツ	パン、 じゃがいも		630 Kcal 28.8 g 2.7 g	 きのこ
11 木	むぎごはん	チキンカレー コーンキャベツ	○	鶏肉、ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ、枝豆、 しょうが、にんにく、 キャベツ、 とうもろこし	米、麦、 じゃがいも	油、 カレールウ	620 Kcal 20.7 g 1.6 g	 大豆製品

主食は、米飯が週4回、パンが週1回（火曜日）です。米は100%宇部産です。パンは県内産の小麦と米粉を使ったパンです。

おかずは煮物、揚げ物、炒め物、汁物、あえ物など、バラエティに富んだ調理を心がけています。

その日に使う食品を、六つの基礎食品群に分けています。栄養素については家庭科で学習するので、参考にしてください。

家庭で補ってほしい食品を示しています。朝食や夕食作りで活用してください。

給食は、毎日いろいろな食品を使って作っています。宇部産、山口県産など地元のを積極的に取り入れるなど、地産地消の推進にも心がけ、安心安全で栄養バランスのよい給食を提供できるように考えています。お子様が毎日どんな給食を食べているのか、この献立表をよく見ていただけたらと思います。

《給食の停止について》

欠席等により5日以上連続して給食の停止を希望される場合は、希望停止日の2日前までに、学校と通じて市へ申請書を提出することにより、給食の提供を中止することができます。年度末に清算しますので、早めに学校にご連絡ください。

なお、臨時休業（休校・学年閉鎖・学級閉鎖等）の場合も減額精算の対象としますが、大雨・大雪・地震等により、やむを得ず、急きよ給食中止となった場合は、減額できない場合もありますのでご了承ください。

1年間よろしくお祈いします！

