

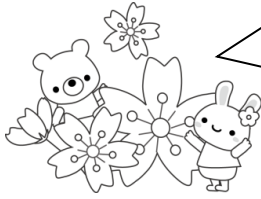


4月の給食だより



平成 29 年 4 月 5 日
高岡市立戸出東部小学校

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。新しい生活を元気にスタートするために、毎日の食事を大切にしましょう。

おいしくて安心・安全な給食作りを通して、児童の皆さんが心身ともに健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたく思います。



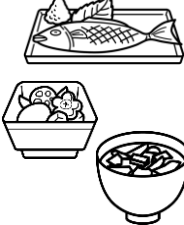

今年度も、学校給食へのご理解とご協力をよろしくお願い致します。



高岡市内小学校の給食について

★食事内容★

学校給食では、小学生が1日に必要な栄養量の約 1/3 を摂取できるようにしています。特に家庭での食事で摂取しにくいカルシウムやビタミン類は、必要量の 1/2 を摂取できるように献立を立てています。

<p>ごはん</p> 	<p>週3回(月・火・木) ※毎月第3週と第5週は、週4回 学校給食の米は、高岡産コシヒカリを使用しています。ちらしずしやたけのこごはんなどの混ぜごはんの日もあります。</p>
<p>パン</p> 	<p>週2回(水・金) ※毎月第3週と第5週は、週1回 コッペパン、食パンの他に、富山県産コシヒカリの米粉を使った米粉入りパンなどがあります。学校給食用のパンは、砂糖や油の使用量を控えています。</p>
<p>おかず</p> 	<p>煮物・焼き物・炒め物・揚げ物・汁物・和え物と、バラエティに富んだ献立を心がけています。煮物や汁物は、煮干し・うるめ削り・だし昆布などを使って、だしをとっています。 家庭で摂りにくい食品(魚介類・豆類・海藻類・種実類など)や、不足しがちな栄養素が多く摂れるような献立にしています。また、旬の食材や地元の食材(地場産物)を使うようにしています。</p>
<p>牛乳</p> 	<p>成長期の子供たちに必要なタンパク質やカルシウムが多く含まれるため、毎日1本(200cc)飲みます。県内産牛乳です。</p>

★給食費★

- ・ 月額 4,700 円(1食 265 円)です。
- ・ 長期欠席(入院等)や転出が決まっている場合は、早めに担任までお知らせください。

★ご家庭へのお願い★

- ・ 学校では、ごはんとおかず交互に食べる“三角食べ”をすることや、ごはん粒を食器に残さないことなど、**食べ方**や**食事マナー**が身に付くように声かけをしています。ご家庭の食卓でも、食べ物について話題にしたり、子供たちのマナーや食べ方を確認したりする機会にしてください。
- ・ 給食当番の白衣は、週の終わりに当番だった児童が家庭に持ち帰りますので、洗濯をして、月曜日に必ず持たせてください。また、給食時間に使うマスクやランチマットも週末に持ち帰りますので、洗濯をして清潔なものが使えるようにしてください。
- ・ 欠席した児童のパンなどは、お届けできませんのでご了承ください。