



食育だより

令和4年度 4月号
霧島市立国分南小学校

令和4年度の給食が始まり、早くも三週間が過ぎました。新しい学年での生活に少しずつ慣れてきている頃ではないでしょうか。今年度、給食室では、527人分の給食を作っています。子供たちに栄養たっぷりの給食を食べてもらえるように、毎日心を込めて、安全でおいしい給食づくりに努めていきます。

【学校給食の紹介】

【主菜】

煮物・揚げ物・炒め物など、メインのおかずを作ります。

【牛乳】

みやこのじょう こうじょう つく 都城の工場で作られます。骨や歯の成長に大切なカルシウムをたくさん含んでいます。

【ごはん】

米は鹿児島県産『あきほなみ』を使います。麦ごはんの他にも、季節の食材を使用した混ぜごはんなどもあります。



【副菜】

みそ汁などの温かい料理は温かく、あえ物やサラダは、冷却機で冷やして提供します。

【パン】

徳重製菓とらやさんで作られます。コッペパンの他にも、黒糖パンや米粉入りパンなどの加工パンもあります。おかずと組み合わせるように甘さが抑えてあります。

4月13日(水)は、1年生にとって国分南小に入学して初めての給食でした。入学のお祝い給食として『さつますもじ・牛乳・青のり汁・とりから揚げ・お祝いデザート』でした。初めての給食だったので食べ残しが多くないか少し心配しましたが、たくさん食べたようで安心しました。最初のうちは、好き嫌いがあつたり、食べられる量が少なかったり、食べるスピードが遅かったり、給食で初めて食べる食べ物があつたりするかもしれません。でも心配しなくて大丈夫です。学校ではその子が食べられる量に調整して食べさせています。ご家庭でも学校と同じように、食べられる量に調整して、完食する習慣をつけるとよいですね。



「食から学ぶこと」

毎日の給食は、健康維持や発育に必要なエネルギーや栄養素を補っています。また、子供たちは、五感をフル稼働して、新しい食べ物に挑戦し、たくさんの経験を積み重ねていく中で、健康な食べ物を「おいしい」と感じるができる「正しい味覚と嗜好」を獲得していきます。さらに、友達や担任の先生と一緒に給食を楽しく食べる体験や給食当番などの係を通して、社会性も学んでいきます。



1年生の給食が始まり、最初の1週間は6年生が給食の準備と片付けをしてくれました。さすが6年生です！

2週目からは、1年生も給食当番さんが給食を着用して、6年生に手伝ってもらいながら、準備と片付けも頑張っています！

国分南小給食室の取組

- ★ 愛情いっぱいの手作り料理を提供します！
- ★ 地元野菜や果物を活用します！
- ★ 週に1度は『ごはん・おかず・みそ汁』の和食の献立を実施します！
- ★ 郷土料理や行事食を実施します！
 - ・ さつますもじ・奄美の鶏飯など
 - ・ 十五夜・節分・ひなまつりなど
- ★ かみかみ献立をメニューに取り入れます！
 - ・ 毎月8日(歯の日)を中心に実施します。
- ★ だしは天然のものを使用します！
 - ・ 煮干し・かつお節・昆布・鶏ガラのスープなどを使用します。

(保護者の方々へ)

給食費は、子供たちにおいしい給食を作るための食材費のみに使われます。しかし、食材費の価格高騰により、給食費におよぼす影響が心配されています。今年度までは献立内容等を工夫し、前年度と同額の給食費で運営しますが、来年度については給食費の値上げの検討を予定しているところです。保護者の方々のご理解とご協力をお願いいたします。

栄養教諭の江崎知恵です。子供たちの健やかな成長のために、栄養バランスのよい給食を、5人の調理員さんと協力して提供していきます。どうぞよろしくお祈りします。





これから1年間、お子さんたちが健や