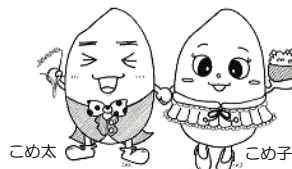




こめっこ

～学校給食だより～



こめ太 平成30年(2018年)4月号
こめ子

入学・進級おめでとうございます

新しい生活、環境と、気持ちあらたに新年度が始まりました。成長期の子どもの心と体の健康を支えるために、今年度もおいしく、そして安全な給食を提供できるよう、学校給食関係者一同励んで参ります。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

学校給食の内容

米子市の学校給食では、文部科学省で定められた摂取基準をもとに、栄養バランスはもちろんのこと、季節や行事、地場産物や郷土食、そして子ども達の嗜好も考慮しながら献立を計画しています。また、日々の学校給食が「**生きた教材**」となるように、あらゆる教科と連携できるよう工夫しています。

主食

★米飯(週4回:月～木曜日)

米子市産のコシヒカリとひとめぼれを50%ずつブレンドした「おかわりくん」を使用しています。

また、月に1～2回、季節や行事が楽しめるように変わりごはん(ピラフ、おこわ等)も計画しています。

★パン(週1回:金曜日)

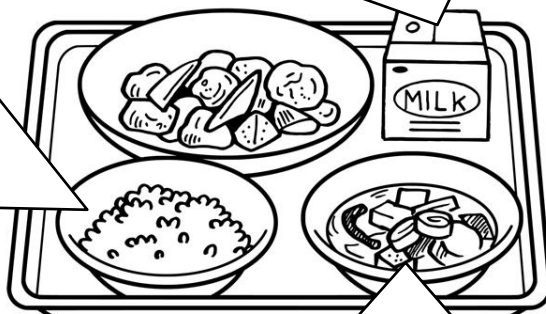
コッペパンを中心に、季節の食材を練り込んだ変わりパン(キャロットパン・アップルパン)などを計画しています。



※ゼリーなどのデザートが付くときもあります。

牛乳

毎回200mlの牛乳が1本付きます。体をつくるもとになるたんぱく質や丈夫な歯や骨のもとになるカルシウムやビタミン類を多く含みます。



おかず

★主菜・副菜・汁など3品

不足しがちな鉄分やカルシウムなどのミネラルやビタミン類が十分とれるように考慮しています。煮物や汁物のほか、揚げ物、焼き物、蒸し物、炒め物、和え物など調理形態を組み合わせ、和洋中様々な献立となるよう計画しています。

味は薄味に仕上げています。

食物アレルギー対応について

① 献立や調理面での配慮をしています。

米子市の学校給食では、そば・ピーナッツ・あわび・いくら・キウイフルーツは使用していません。卵抜きマヨネーズをはじめ、乳卵抜きの商品を使用するなど、アレルギーとなる食品の使用がなるべく少なくなるように工夫しています。食材は、野菜を含めて全て加熱して提供しています。

② 献立の詳細資料を配布しています。

毎月、使用食材や調味料について詳しく記載した資料を配布しています。また、食物アレルギーのため、代替のお弁当を持参される方へ、給食献立食材の分量を示した資料も配布しています。各資料は、希望される方に学校から前の月に配布されます。資料が必要な方は学校へご連絡ください。

③ 食物アレルギー対応食(鶏卵と乳の除去食・代替食)を提供しています。

対応食を希望される方は、医療機関の受診等が必要です。まずは学校へご相談ください。

※その他、ご質問等は学校または学校給食課(33-4751)までお問い合わせください。

学校給食献立予定表

子ども達が学校給食でどんな食事をしているのかを知っていただくためにお配りします。献立名のほか、使用食材が主要成分別に6つに分けて書いてあります。



学校給食だより「こめっこ」

学校給食の様子、栄養や食文化、マナーなど食に関する情報をお知らせします。成長期の子どもの「食」について共に考え、健やかな成長を支えていきたいという思いを込めて、家庭と連携していく資料の一つとして作成しています。

