

給食だより

令和7年4月号

志木市立志木小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。元気いっぱいの1年生を迎えて志木小学校の新学期がスタートします。志木小の調理業務は今年度も富士食品商事株式会社です。調理員と、栄養教諭の大場未歩で、安全で、おいしい給食づくりをしていきます。今年度も学校地域教育目標「明るくあいさつのできる子 思いやりのある子 地域を大切にする子 意欲的に学ぶ子」にむけて、食を通した指導をすすめていきたいと思っています。

下記のことにつけて、献立を考えています

1. 栄養のバランスを考えています

★文部科学省で決められた栄養摂取基準に添って、献立を考えています。(8訂成分表を使用)ミネラルや食物繊維が摂れる様に精白米だけでなく、麦ご飯、胚芽米、発芽玄米、古代米なども提供していきます。

2. 食品の安全性につけています

- ★化学調味料・インスタントルウの類は使いません。(出汁は、煮干し・削り節・出汁昆布・鶏ガラ・豚骨でとっています。)
- ★良質で安全な食品素材を使い調理するようにし、加工食品はできるだけ使わないようにしています。やむを得ず使う時は、内容成分を確認しています。
- ★野菜・果物は、安全性を確認した国産のものを使うようにしています。

3. 食文化を伝えられるように努力しています

- ★現在の食生活で見落とされがちな魚・大豆(製品)・小魚・芋類や乾物等を取り入れるようにしています。
- ★野菜・果物・魚などは、できるだけ地元の旬のものを使用し、季節感を出すように心がけています。
- ★日本に昔から伝わるケの日(普段通りの日常の日のこと)の和食をなるべく多く伝えるようにしています。あわせて、ハレの日の行事食(七草・節分・ひな祭り等)も取り入れています。
- ★全国に伝わる郷土料理や、世界の料理も紹介し、様々な食文化を学びます。

4. その他

- ★子どもたちに様々な体験をさせるために、いろいろな調理法を取り入れ、なるべく多くの食品を使うようにしています。
- ★健康面を考慮し、素材の味を伝えることができるように薄味にしています。志木市は、「おいしく減塩!『減らソルト』プロジェクト」を推進しています。
- ★噛む力を育てられる献立を工夫しています。

※食中毒防止のため、生野菜は現在使えません。プチトマトと果物以外はすべて加熱調理しています。

※食物アレルギーがあり対応が必要な方はご連絡ください。マニュアルに沿って対応いたします。



令和7年度 志木市立小学校給食実施計画(年間一人当たり 185 回)

1学期 4月11日(金)～ 7月 16日(水)

2学期 9月2日(火)～12月 22日(月)

3学期 1月13日(火)～ 3月19日(木)

※185回=186回(給食稼働予定回数)－1回(運動会振替休業日)

給食費の返金について

病気や事故等、個人的理由で連続5回以上欠席の場合、3回目からが返金の対象となります。(ただし、事前に担任に申し出があり、栄養教諭が連絡を受けた場合です)

朝ご飯ちゃんと食べていますか？

朝食は、成長期の子どもにとっても大切なものです。朝食が体を目覚めさせるスイッチにもなります。食べてこない勉強に集中できなかったり、イライラしたり、具合が悪くなったりする子どももいます。そのため、朝食は必ず食べてから登校できるようにご協力ください。



家庭と共に子どもたちを育てる

苦手な食べものは誰にでも少しはあると思います。子どもたちが自分の力で「一口チャレンジしてみよう」という気持ちになれるように食教育もすすめていきます。苦手な食品をわからなくして食べさせるのではなく、教職員みんなで相談しながら食べやすくする献立の工夫に取り組みます。家庭向けのレシピ「作ってみませんか?そくほう」も発行しています。教室棟 2 階の給食コーナーにも置いていこうと考えています。ご希望があれば、栄養教諭までご連絡ください。



食べるまでの物語を伝え、食への興味・関心を育てる「給食室からこんにちは」

さらに、献立を立てた時の思い、調理室での工夫、野菜の育つ様子や農家の方の苦労など、通常は見えにくい「食べるまでの物語」のプロセスを給食時間に配るお便り「給食室からこんにちは」などを通してなるべくたくさん子どもたちに伝えていきます。屋上のスカイファームで野菜を育てている様子も伝えます。

そのように学校でも様々なかたちで取り組んでまいりますが、ご家庭でのご協力もよろしくお願いいたします。



給食着について

給食当番になって、給食着をご家庭に持ち帰りましたら、洗濯をしてアイロンがけをして学校に持たせていただくようお願いいたします。ほころびがありましたら、縫っていただけると助かります。



給食セット (箸・スプーン・フォークは給食室で全クラス分準備します。)

☆テーブルクロス(35cm×45cm程度のナフキン)・給食用手ふきタオル・コップ(プラスチックか金属製)・歯ブラシ(歯磨き粉は不要)・マスク

☆給食を衛生的に食べるための必需品です。約20cm×15cmの給食袋に入れて毎日用意をお願いします。



給食室で、清潔な箸・スプーン・フォークを必要に応じて準備します。

げつようび			かようび			すいようび			もくようび			きんようび		
献立の中から 11日 豚肉を使って、ルウから手作りのハッシュドポークを作ります。 14日 春の香りたっぷり。苦手な人の多い野菜が満載のサラダですが、特製ドレッシングや唐揚げのおかげで「なぜかこれだと食べられる!」と評判です。 15日 東京都の郷土料理の深川飯を春が旬のあさりをたっぷり使って、作ります。 16日 愛知県の郷土料理に挑戦します。今年1年がよい年になるよう願いを込めて、カツを作ります。 17日 2日早い食育の日の献立です。春が旬の筍は「皮つきの生のもの」を給食室でゆで、にんじんやがんもどきと炊き合わせにします。 18日 志木小で一番人気の揚げパンが出ます。4月は、ココアときなこの二色です。お楽しみに。 21日 この日から1年生の完全給食が開始です。ご家庭で食べ慣れているメニューにしています。1年生が「志木小の給食大好き!」となってくれと嬉しいです。 22日 押麦を入れることでパラっと仕上がるレタスチャーハンを作ります。肉団子も給食室で手作りします。 30日 この日も生の筍を給食室でゆで、甘くておいしい筍ご飯を作ります。主菜は鯖(さわら)の西京焼きです。 ※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。★の日は4年生以上は、并です。			11 ガーリックライス ハッシュドポーク グリーンサラダ			表示の説明 おもにからだをつくるしよくひん			上段数字 エネルギーkcal→ 下段数字 たんぱく質g→			640kcal 22.2g		
14 はるキャベツとアンチョビとベーコンの Pasta			15 きよみオレンジ ふかぬめし とりちゃんじろ			16★ ①ごはん ②やさい ③チキン みそチキンカツどん はちはいじる			17 しらすふりかけ たけのことにんじんとかんもどきと炊き合わせ			18 ココアきなこ にしよくあげパン いちご1つぶん はるキャベツのスパニ		
610kcal 29.8g			東京都の郷土料理			愛知県の郷土料理 1年生牛乳給食			2日早い食育の日 1年生牛乳給食			1年生牛乳・パン給食		
ぎゅうにゅう アンチョビ ベーコン とりにく			ぎゅうにゅう あぶらあげ あさりとうふ とりにく かまぼこ			ぎゅうにゅう とりにく みそとうふ あぶらあげ			ぎゅうにゅう しらすばし がんもどき とうふ たまご とりにく			ぎゅうにゅう きなこ とりにく ウィンナー		
21 カレーライス かいそうサラダ			22 レタスチャーハン みかんゼリー しゅんやさいとにくだんごのスープ			23 ガーリックトースト 14とにんじんとハム ミネストラスープ			24 まあほうどうふ むぎごはん			25 カラフルソテー ハルバーグ		
1年生完全給食開始			617kcal 29.0g			573kcal 21.0g			591kcal 27.0g			626kcal 28.9g		
ぎゅうにゅう ぶたにく かいそう			ぎゅうにゅう ベーコン えび たまご とりひきにく			ぎゅうにゅう ハム ベーコン			ぎゅうにゅう ぶたひきにく みそ とうふ			ぎゅうにゅう ぶたひきにく だいず とうふ どうにゅう みそ あぶらあげ こまちふ		
28★ カルピスゼリーポンチ			29 しょうわ ひ 昭和の日			30 しゅんやさいとさくらんぼのさくせきづき さくらんぼのさくせきづき			4月のコンセプト 「楽しく給食を始めよう!」 「春をいっぱい感じよう!」 「志木小の給食を好きになってもらおう!」			623kcal 22.5g		
ぎゅうにゅう ぶたにく みそ カルピス			ぎゅうにゅう ちゅうかめん ごまあぶら ごまあぶら さとう			ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ さわら とうふ みそ わかめ			ぎゅうにゅう たけのこ にんじん きやべつ きゅうり			640kcal 26.6g		