きゅうしょくだより

令和４年桑折町学校給食センター（4 月発行）

ご入学･ご進級おめでとうございます。

きゅうしょくだよりでは、ご家庭にお伝えしたい「食」に関する情報を発信していきたいと思います。よろしくお願いします。

桑折町学校給食センターについて

幼稚園・小学校・中学校の給食
約１１５０食を所長・栄養教諭・調理員の合計１５名で給食を提供しています。

○地場産物を活用した献立

地場産物を活用した給食づくりに取り組んでいます。給食では、年間１８トンの野菜を使用しますが、そのうち約３．５トンが桑折町でとれた野菜です。
（令和３年度実績値。）

今年度も、たまねぎ、じゃがいも、里芋、ごぼう、葱、きゅうり、白菜、大根、人参こまつな、かぶ、ほうれん草、とうもろこし、なす、きゃべつ、ピーマン、りんご、等の桑折町産の野菜を給食に使用します。

※学校給食で使用する食材は、給食提供前に放射性物質検査を実施し、安全性を確認しています。
検査結果は、桑折町のホームページで公表しています。

○減塩を心がけた献立

和食の汁物は、かつお節、昆布から「出汁（だし）」をとり、食材のうま味を活かした薄味の調理を心がけています。
また、地元で作ってもらった美味しい味噌や厳選された食材で作ったしょうゆなど良い調味料を使用することで薄味でもおいしく食べることができるよう工夫します。

学校給食について

★１食あたり幼稚園２８７円、小学校２９２円、中学校３３９円で作ります。※

★月曜日がパン、水曜日がソフト麺か中華麺（麺は月１～２回）、それ以外はごはんです。米は桑折町産コシヒカリを使用しセンターで炊きます。

※幼稚園は全額、小中学校は、半額、町で給食費を負担しています。

食物アレルギー対応

代替食、除去食・詳細な献立表配布などの対応を行っています。

牛乳について

牛乳は毎日１本つきます。成長期に必要なカルシウムが、２００ｍｌ　１本で**２２７ｍｇ**摂取できます。

一日に園児は、約６００ｍｇ
　　児童　　約７００ｍｇ
　　生徒　　約９００ｍｇ
のカルシウムが必要です。

海藻、豆類、緑黄色野菜・乳製品などにカルシウムが含まれていますので、色々な食品をたべることが大切です。
（カルシウムサプリメント等の多量摂取は心血管疾患のリスクを上昇させるとの報告もありますので食品からとることを目指しましょう。）

その他、バイキング給食（もしくはセレクト給食）マナー教室、希望献立も実施しています。

バイキング給食（セレクト給食）
（１年生～５年生　年１回）

マナー給食
（６年生　年１回）