



# きゅうしょくだより

令和5年 桑折町学校給食センター（9月発行）



## 7月10日実施 バイキング給食

伊達崎小学校3年生は3人のクラスです。  
3人で仲良くバイキング給食！



6月に実施した「朝食について見直そう週間運動」の結果が出ましたので、お知らせします。朝食摂取率は98%以上ですが、朝食に野菜を食べた人、汁物を食べた人の割合が少ない状況です。ごはんだけパンだけの朝食では栄養バランスが偏ってしまいます。野菜が不足するとビタミン不足で抵抗力が低下してしまいます。また、たんぱく質やカルシウムの不足で成長に影響がでたり、鉄などミネラル不足でやる気が出なかったりしてしまいます。朝は忙しいので、おすすめは、汁物に卵や豆腐や野菜やキノコ類を入れた具たくさん汁物を摂取することです。

<子どもたちの朝食摂取状況について>

	幼稚園	小学校	中学校
朝食摂取率	98.9%	99.6%	99.6%
朝食に野菜を食べた人の割合	47%	56.7%	48.2%
朝食に汁物を食べた人の割合	34.5%	45.2%	38.9%
1人で食事をする人の割合	0%	5.8%	4.9%

(令和5年度 朝食を見直そう週間運動 6月結果より)

## 7月7日実施 セレクト給食

半田醸芳小学校2年生・3年生のセレクト給食です！

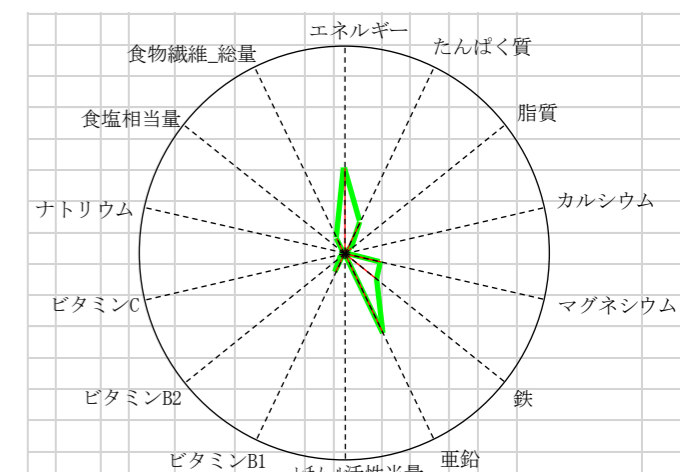
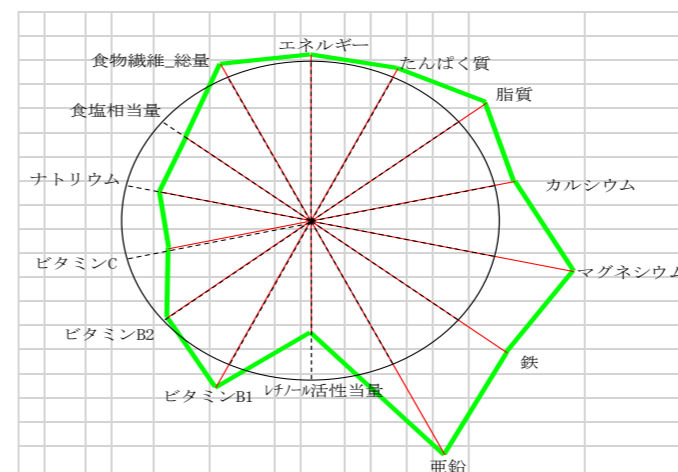
給食の栄養

ごはんのみ食べた時の栄養(180g)

チョコクレープ  
OR  
プリン



肉団子  
OR  
いかのてり焼き



長期にわたり栄養が不足すると、体にさまざまな影響が及びます。

健康や体のこと、食べ物に含まれる栄養なども考えて選んでもらいました。