

# 給食 だより 4月

2026年4月  
片瀬小学校

新年度がスタートしました。学校給食は、みなさんの心身の成長と発達のため、徹底した衛生管理のもと、栄養バランスを考えて作られるだけでなく、様々な味に触れる経験をし、食事の大切さやマナー、食文化、地産地消など学ぶ教材でもあります。今年度もご理解・ご協力いただけますよう、よろしくお願いいたします。

## 人を良くすると書いて「食」 ～学校給食の目標について～

「人を良くすると書いて『食』」といわれます。「食」という漢字のそもそもの成り立ちとは違うようですが、食べ物や食べ方の大切さをよく言い当てたものだと思います。

心身の健やかな成長を願い、学校教育の一環として行われる学校給食には、食を通じた人間形成や生きる力を育むため、次のような目標が定められています。

### 学校給食の目標



適切な栄養と味覚で、健やかな体と心を育む。



食べることの大切さや喜びを知る。



給食を手本に望ましい食べ方を学ぶ。



毎日の食事について、自分でも考え、判断して食べられるようになる。



いつも感謝の気持ちをもって食事をいただくことができる。



他人のことを考えて思いやり、学校生活を豊かなものにする。



食を通して地域の伝統や歴史を学び、食文化を未来に伝えていく。

## ☆今年度の給食はわたしたちがつくりまします！！

毎日6名の調理員で約750人分の給食を作ります！よろしくお願いいたします！

\*調理員 宮内 友香 結城 治代  
小林 かおり 高橋 直美  
山道 永子 相澤 尚子  
勝又 美紀  
\*栄養士 城所 紀江



## ☆献立表のみかた

料理名だけでなく、使用食材を”体内での働きによる3つの食品グループ“に分けて記載しています。子どもたちには『きーくん・あかどん・みどりん』の各グループとしてお馴染みです。必ず3つのグループの食品が揃っていますが、いつも緑（みどりん）の食品多めがGOODです！

日曜	こんだてめい	熱や力のもとになる (エネルギーになる) 黄	体をつくる (血・肉・骨になる) 赤	体の調子をとのえる (病気をふせく) 緑	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分 (g)	さんこう
21月	カレーライス フルーツあえ ぎゅうにゅう	こめむぎ あぶら じゃがいも バター こむぎこ	ぶたにく しろいんげんまめ チーズ ぎゅうにゅう	にんにくしょうが たまねぎにんじん グリンピース パインかん みかんかん おうとうかん	658 22.8 19.9 1.8	1年生の給食が始まります！大人気のカレーです♪

栄養価は3・4年生のものを記載しています。  
1・2年生は80%、5・6年生は120%くらいが目安になります。給食室からのコメントもご覧下さいね。

## ～保護者の方へ白衣についてお願い～

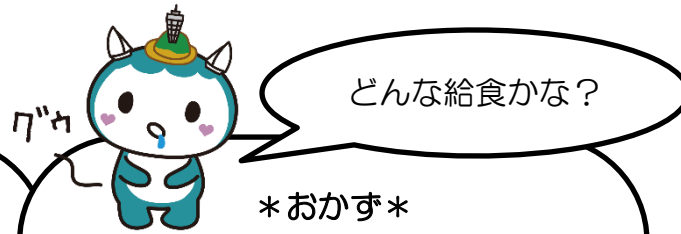
\*給食当番の白衣は共用で使用するため、あまり香りの強くない洗剤・柔軟剤等での洗濯をお願いいたします。  
また、消毒のためアイロンがけをお願いいたします。



【香りへの配慮について】



☆藤沢市の給食についてのご紹介



**\*主食\***

＜ごはん＞

1週間に3回の割合です。ごはん、まぜごはん、カレーライス、チキンライス、ビビンバなど色々な種類があります。ごはんは給食室で炊きます。使用しているお米は、神奈川県産の「はるみ」をブレンドしたものです。年数回藤沢産のお米や合鴨農法のお米も使用します。

＜パン＞

ロールパン、食パン、コッペパン、黒パンなど献立に合わせて味や形の違ったパンがでます。トーストなど給食室で具やトッピングをつくり焼いて出すときもあります。揚げパンは特に人気の献立です。

＜めん＞

ソフトめん、ホットラーメン、スパゲッティなどがあります。

**\*牛乳\***

基本的に毎日給食に登場します。学期最後には、お楽しみとして自分で好きなものを選ぶ【のみものセレクト】があります。

**\*給食時間は45分です\***

12時20分～13時05分までです。準備をして、配り、食べて、後片付けまでします。

**\*おかず\***

季節の野菜や地元（藤沢・神奈川県）の野菜を多く取り入れるように工夫しています。また、その月の行事食（七夕、節分など）も取り入れています。

スープ類のだしは、けずり節、豚ガラ、鶏ガラでとり、化学調味料・だしの素は使用しません。

カレーライス、グラタン類のルウも素材を組み合わせ手作りしています。大人気メニューの「揚げぎょうざ」や「春巻き」も、1つずつ給食室で手作りしています。

給食は煮物やソテーなど加熱したものが基本となります。

**\*食器\***

食器は樹脂です。3種類あり献立によって使い分けています。食具も使い分けています。

**\*果物・野菜\***

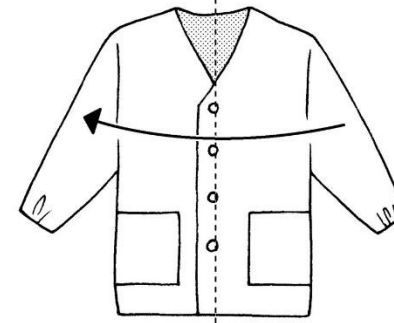
ノーワックス・低農薬・有機栽培のものや地場野菜などをできるだけ使用します。果物は季節のものを取り入れています。

調理員募集中！詳しくは学校給食課までお願いします。  
電話 0466-50-8247

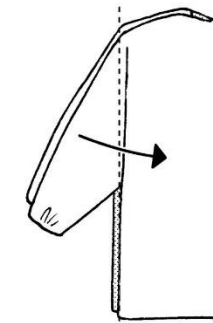


**給食当番**

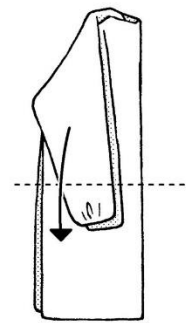
**白衣のたたみ方**



白衣を広げます。半分に折ります。



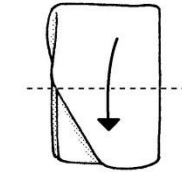
そでの部分を折ります。



半分に折ります。



帽子を半分にたたんだら、白衣と一緒に袋に入れます。



もう一度半分に折ります。

きれいにたたんでおくと次に使う時、気持ちがいいね



きゅーたん



『給食当番のいちにち』



はじめての給食当番はわくわく、ときどきがいっぱい。1年生のみつくんは、朝からそわそわして、授業中も給食当番のことが頭から離れません。さてさて、どうなるのでしょうか……。給食当番の仕事や身支度などが描かれているので、特に1年生におすすめです。



大塚菜生・文 イシヤマアズサ・絵 少年写真新聞社刊

ひじきを漢字で書くと○尾菜。○には、ある動物の漢字が入ります。それは何でしょう。

- ①犬
- ②熊
- ③鹿

※「漢字検定」の「ひじき」の漢字は「尾菜」です。