



4月 給食だより

令和4年4月
南アルプス市立
南部学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も、新型コロナウイルス感染症対策を取り入れた「新しい生活様式」を踏まえ、制限の多い給食時間となりますが、皆さんが楽しみになるようなおいしい給食を提供していきたいと思っています。1年間よろしくお願いいたします。

新しい生活様式を踏まえた 給食時間の約束

教室の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。	給食の前後に、せっけんできれいに手を洗いましょう。	給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくをしましょう。 元気 清潔
マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしまいましょう。	姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。	食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。

給食当番の衛生チェック

髪の毛が出ないように帽子をかぶる

髪が長い人は結びましょう

手はせっけんできれいに洗う

爪は短く切っておきましょう

マスクで鼻と口をおおう

清潔な白衣（エプロン）を身に着ける

清潔なハンカチを用意する

おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。

白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

がっ こう きゅう しょく 学校給食について



がっ こう きゅう しょく 学校給食とは



がっ こう きゅう しょく 学校給食 もく ひょう の目標

がっこうきゅうしょくほう
※「学校給食法」
だい じょう ばっすい ようやく
第2条より抜粋・要約

がっこうきゅうしょくほう もと きょういくかつどう いっかん
「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として
じっし せいちょうき じどうせいと しんしん けんぜん はったつ えいよう
実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バラ
スのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を
み じゅうよう きょうざい やくわり にな
身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

1 てきせつ えいよう せつしゅ 適切な栄養の摂取 けんこう ほ じぞうしん による健康の保持増進。 健康!	2 しょくじ ただ 食事について正しい りかい ふか けんぜん しょくせいかつ 理解を深め、健全な生活 いとな はんだんりよく のぞ を営む判断力や望ましい しょくしゅうかん やしな 食習慣を養う。	3 あか しゃかいせい きょうどう 明るい社会性と協同 せいしん やしな の精神を養う。
4 しぜん おんけい りかい 自然の恩恵への理解を ふか せいめい しぜん そんちよう 深め、生命、自然を尊重す せいしん かんきよう ほんぜん る精神や環境の保全に寄 よ たいど やしな 与する態度を養う。	5 しょくせいかつ おお ひびと 食生活が多くの人々 きんろう ささ の勤労に支えられているこ りかい かんしゃ とを理解し、感謝する。	7 しょくりよう せいさん りゅうつう 食料の生産、流通 およ しょうひ ただ 及び消費について、正しく りかい 理解する。

えい よう かん り こん だて さく せい 栄養管理と献立作成

えい よう 栄養



がっこうきゅうしょくせつしゅきじゅん もと えいようし こんだて さくせい がっこうきゅうしょく
「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食
せつしゅきじゅん にち ひつよう えいようりよう ぶん ていど めやす
摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、
かてい しょくじ ふそく えいようそ おきな
家庭での食事でも不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。

しゅしょく しゅさい ふくさい しるもの きゅうにゅう く あ きほん しょくひん ちょうりほう
「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を
と い きょうじしょく きょうどりようり がいく りょうり と こんだて じっし
取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

えい せい かん り 衛生管理

あんしん あんぜん きゅうしょく ていきよう がっこうきゅうしょくえいせいかんりきじゅん
安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に
もと えいせいかんり ていつい っと
基づき、衛生管理の徹底に努めています。

えいようし
栄養士が
こんだてさくせい
献立作成
しています



ちょうりいん けんこう
調理員は健康

チェックをし
み
身だしなみ
ととの
を整えて
います。



やさい くだもの
野菜・果物は
りゅうすい かい
流水で3回
いじょうあら
以上洗
います。



しょくざい いぶつこんにゅう
※食材に異物混入がない
かもチェックします。

なま た
生で食べるミニトマト
くだもの のぞ
や果物を除き、
かねつ
すべて加熱
します。



かねつ しょくひん ちゅうしん
※加熱した食品は、中心
おんど そくてい
温度を測定します。

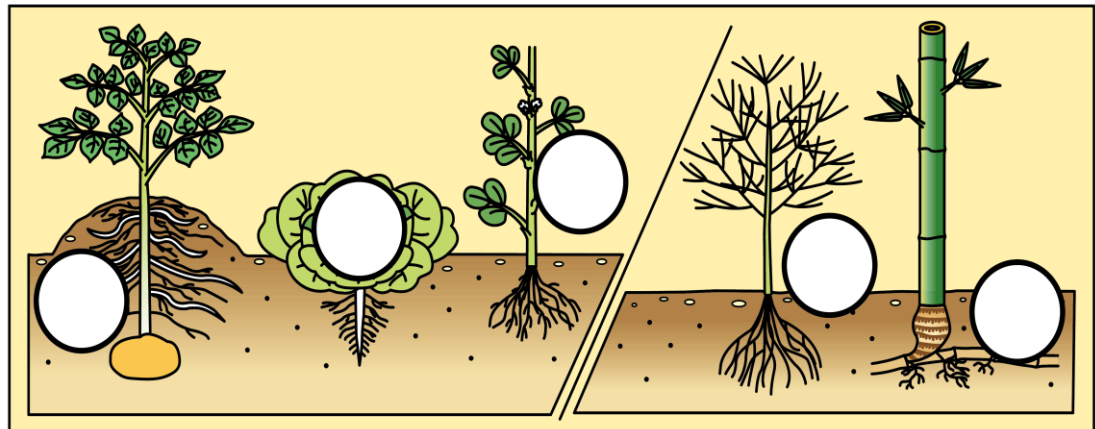
ちょうりご じかんない
調理後2時間以内に
きつしよく
喫食できるよう、
じかん かんが
時間を考えて
ちょうり
調理します。



はる や さい 春野菜クイズあれこれ



Q1 した え はる しゅうかく やさい ところ そだ は ばんどう か
下の絵は、春に収穫できる野菜です。どんな所に育つでしょう？ 葉っぱをヒントに○に番号を書きましょう。



Q2 つぎ や さい えい こ なん い せん
次の野菜を英語で何と言う？ 線でつないでみよう！



Cabbage

Onion

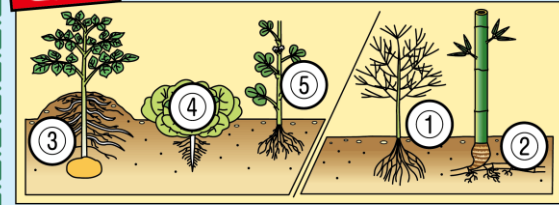
Potato

Peas

Q3 つぎ ぶんしゅう せつめい ま ちが ぶんしゅう
次の文章はたけのこについての説明です。間違えている文章はどれでしょう？



こたえ



Q1 = 左の図
Q2 = ①-Onion ②-Peas ③-Potato ④-Cabbage
Q3 = ③
1年中収穫することはできず、多くは春の初めに出てきた竹の芽(若いくきの部分)を収穫しますが、ゆでた物(かんづめ)を缶詰などにした加工品は1年中買うことができます。

みなみ

しりつ なんぶがっこうきゅうしょく

しょうかい

南 アルプス市立南部学校 給食センターの紹介



しょうがっこう こう ちゅうがっこう こう
小学校9校・中学校3校

ごうけい やく にんぶん きゅうしょく つく
合計 約4,000人分の給食を作っています。

きゅうしょく はたら ひと ～給食センターで働いている人～

◇ じむ 4名 めい

しせつ かんり きゅうしょくひ ちようしゅう
施設の管理や給食費の徴収を
おこな
行っています。



◇ えいようし 4名 めい

こんだてさくせい しょく かん
献立作成をしたり、食に関する
しどう おこな
指導を行っています。



◇ ちょうりいん 40名 めい

あんぜん きゅうしょく
おいしく、安全な給食づくりを
おこな
行っています。



◇ はいそういん 8名 めい

きゅうしょく かがっこう あんぜん はこ とど
給食を各学校に安全に運び届け
ています。



しんねんど むか きゅうしょく がつ か えいせい かんり じゅうぶんちゅうい
新年度を迎え、給食センターも4月7日よりスタートします。衛生管理には十分注意し、
あんしんあんぜん きゅうしょくづく ねんかん ねが
安心安全でおいしい給食作りをしていきますので、1年間よろしくお願いします。