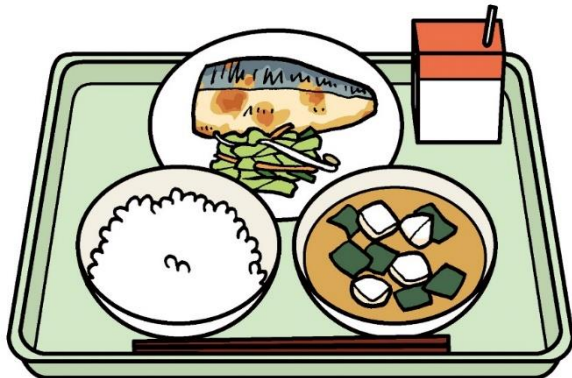


令和4年度 第1回 給食試食会

1・2・3組の保護者様

5年1組へ

座席は自由席です。



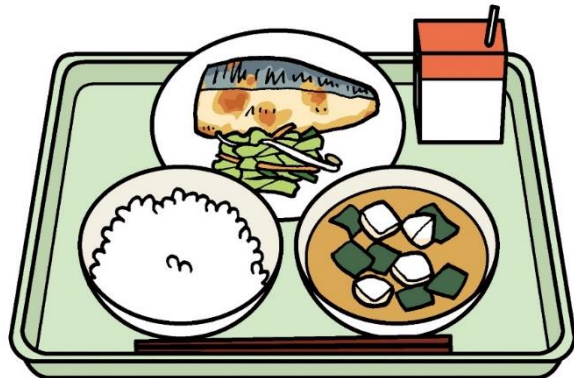
令和4年12月20日
市川市立妙典小学校

令和4年度 第1回 給食試食会

4・5組の保護者様

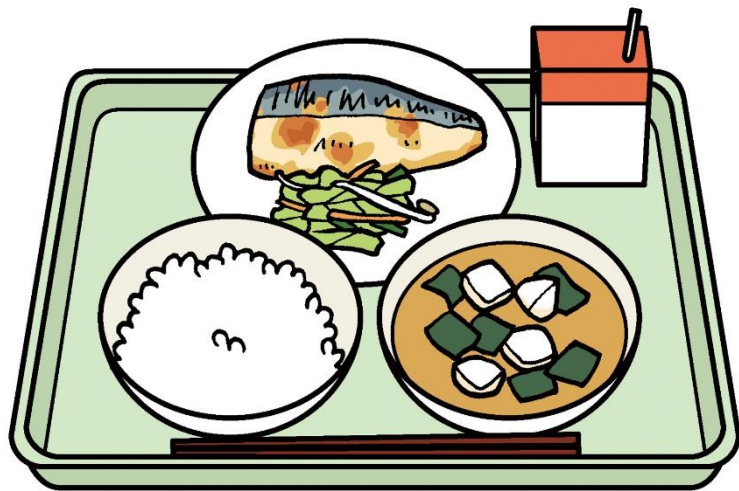
5年2組へ

座席は自由席です。



令和4年12月20日
市川市立妙典小学校

令和4年度 第1回 給食試食会



令和4年12月20日
市川市立妙典小学校



- 1. 学校給食とは**
- 2. 妙典小の給食について**
- 3. 給食ができるまで**
- 4. 食に関する取組**



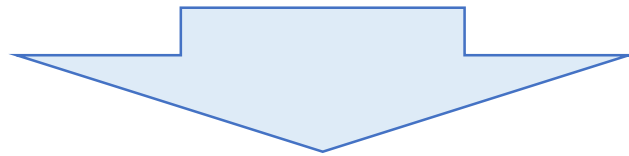
1. 学校給食とは



学校給食 **≠** お弁当の代わり

子どもたちの { ①健全な発達
②食生活の改善 } を目的として

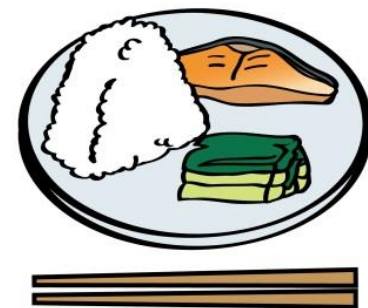
給食指導は「**特別活動**」として位置づけられている



給食も学校で習う **勉強** の一部!!



学校給食は学校給食法に基づいて実施



- ① **健康の保持増進**を図ること。
- ② **望ましい食習慣**を養うこと。
- ③ 明るい**社交性及び協同の精神**を養うこと。
- ④ 生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤ **勤労**を重んずる態度を養うこと。
- ⑥ **伝統的な食文化**についての理解を深めること。
- ⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

給食は、ただお腹を満たすためのものではなく、子どもたちが自らの健康を考えて食事を選ぶ能力を身につける大切な学びの場。



給食の栄養素量

- ✓ 1日の推定平均必要量の約**35～55%**が目安
- ✓ 市川市独自の栄養必要量を基準値として献立を作成

▽ 市川市の基準値(3・4年生)

	エネルギー (g)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄分 (g)	レチノール当量 (μ g)
基準栄養価	650	27.0	19.6	350	3.0	200
	ビタミン			食塩相当量 (g)	食物繊維 (g)	
	B ₁ (mg)	B ₂ (mg)	C (mg)			
基準栄養価	0.4	0.4	25	2.0	4.5	



2. 妙典小の給食室について



妙典小学校の給食実施状況

- ・食数 約830食
- ・従事者 栄養士1名 + 調理員10名
- ・給食費 297円/食
- ・献立作成 市川市各校独自に献立作成



	保護者負担	市負担	計
小学校	263円	34円	297円



牛乳

原料は千葉県産の生乳100%を使用。
成長期に特に必要なたんぱく質やカルシウムなどを補います。

主菜・副菜

栄養バランスはもちろんのこと、
食べておいしく・たのしい給食になるよう心がけています。

主食（ごはん）

11月から千葉県産米になりました。
11月:粒すけを
12月:ふさこがね
を使用しています。
妙典小の給食室で炊いています。



デザート

旬の新鮮なくだものや、
手づくりのデザートを提供します。

主食（パン・麺）

月に2～3回程度の登場。
パンは砂糖・脂肪の使用を控え、カルシウムの多い脱脂粉乳や、千葉県産の米粉が配合されています。防腐剤は不使用です。麺は、たまご不使用のものを使用します。



《心がけていること》

栄養バランス

安心安全

手作り

素材の味

食文化

旬・季節感



アレルギー対応について

学校給食では市川市のガイドラインに基づきアレルギーの対応を実施

- ① 完全除去のみの対応
- ② 医師の診断書に基づいたもののみ対象
- ③ 除去対応する食材を4品目に限定※そのほかはお弁当持参
「卵・乳・エビ・カニ」のみ
- ④ 学校として対応できる範囲に限定
- ⑤ 除去の可否については毎年度の更新
- ⑥ アレルギー反応の軽重を対応の可否の判断に加える



3. 給食ができるまで





納品受け入れ
食材の異常や納入数のチェック





検収

温度を測定し、異常がないか確認





2014/11/05



**3つの釜で作った場合、
3つの保存食を取ります**



保存食採取

(納品された食材、調理済みの献立を
50gずつ採取し、2週間冷凍保存)





野菜・くだもの洗浄

4層シンクで、3回洗っていきます。食材ごとに、水槽を洗い、水を張り替えます。





野菜の切裁

1年生でも食べやすい大きさにそろえて
丁寧に切っています。



衛生管理

エプロン・靴の履き替え





釜で煮る・炒める・焼く
大きいへらを使って混ぜていきます。





温度確認

温度が90℃に1分以上到達したことを確認





配缶

できるだけ暖かい状態での提供のため、
給食時間に合わせて配缶





検食

(子どもたちが食べる30分前に行い、味・におい等に異常がないか確認)





★給食準備(手洗い)





★給食準備



午後の給食室



洗浄

(一枚一枚丁寧に洗います。洗浄後は、熱風消毒保管庫で消毒。)



残菜調査

(献立ごとに残菜率をだし、栄養価に反映させる。)



5、食に関する取組



・行事食の実施

(七夕・十五夜・お彼岸・七五三・クリスマス・お正月など)

・おはなし給食の実施

・T.Tによる授業

1年生 生活科 給食のマナーについて

2年生 道徳 かみかみメニュー

5年生 総合 SDGs 食品ロスについて

6年生 1食分の食事を考えよう など

・委員会活動

もぐもぐタイム（給食時間）の放送

給食に関する動画の作成 など

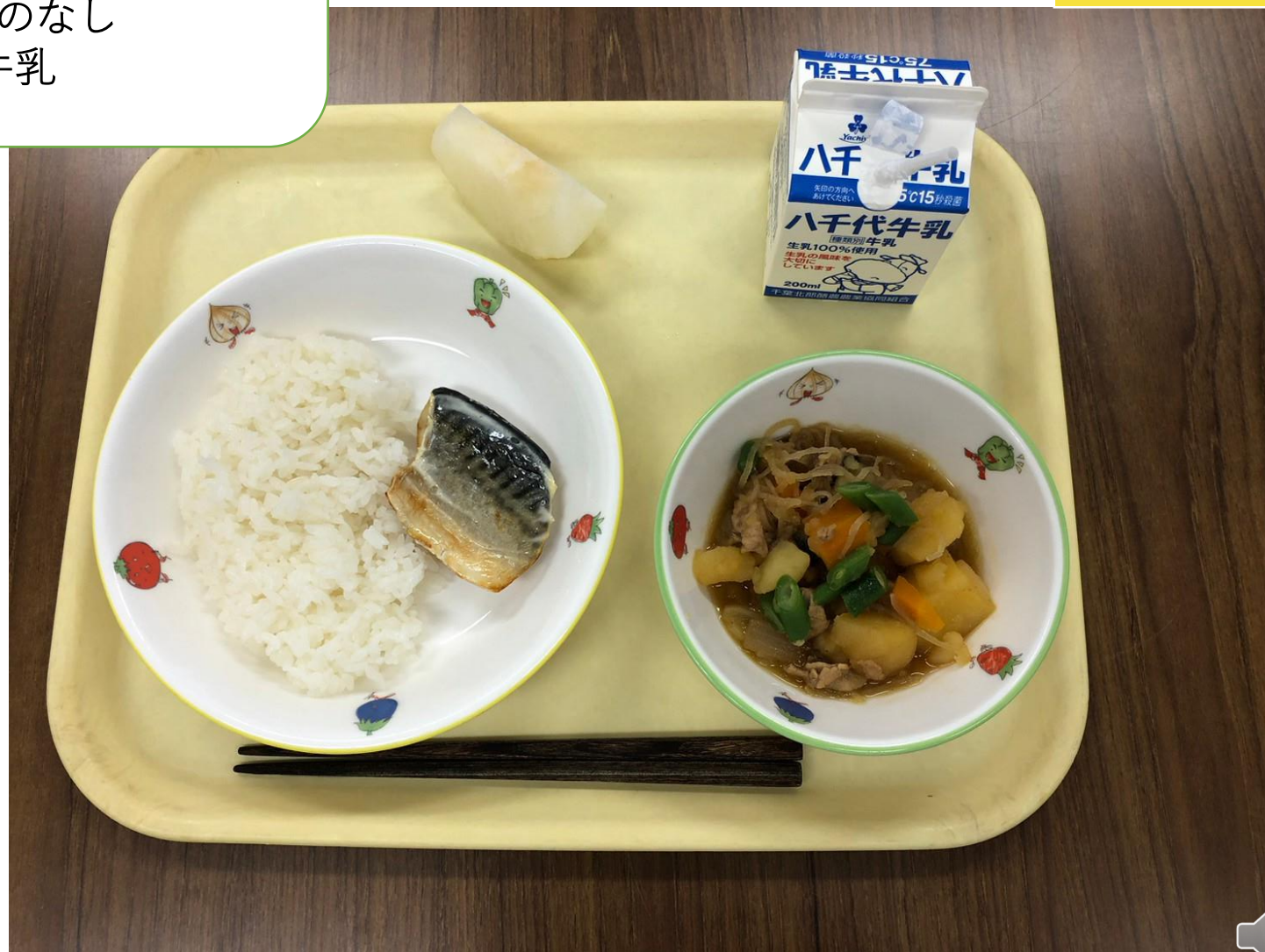


カレーうどん
ツナコーンサラダ
3色さつまチップス
牛乳



ごはん
さばの文化干
にくじゃが
市川のなし
牛乳

旬・季節感



そうめん
サツマイモ天ぷら
いそべ揚げ
あえもの
七夕ゼリー
牛乳

行事





手作り

五目うどん
ツナコーンサラダ
手作りメンチカツ
牛乳



体験活動

2年生 とうもろこしの皮むき



千産千消



家庭科 5年生総合

食品ロス 私たちが出来ること



家庭科 6年生 こんだてを工夫して

こんだてを工夫して

こんだては、どのように立てればよいのだろうか。

栄養バランス(五大栄養素) 両方の野菜「おいしい」
色あい アジサイ、和洋中
同じものが減らない 好み 量(減可)
費用 作る時間 主食 主菜 副菜

給食では? かしこ(偽り) カロリー 季節
地産地消 イベント 材料

① 1~6年生が食べる
みんながおいしい
自分も食べたい

② こんだてのイメージ(和洋中)
好み、イベント、など



③ 主食

④ 主菜 副菜

⑤ する物、栄養バランスをとる

⑥ 牛乳

季節=旬^{look} 主食 主菜 副菜
魚 野菜 など ⑦ 米、パン、めん ⑧ 肉、魚、豆、卵
[1~2月のもの] ⑨ 野菜 ⑩ 海苔
おいしい、安い、簡単
⑪ 地産地消(干菜) 栄養がよくなる
牛乳 すいぞ!!
色どり 黄緑赤白紫
費用 297円(6割は)
16名 片側異姓で
830人分作る
17:30~11:30


おはなしきゅうしょく ～ルルとララのきらきらゼリー～



給食委員会 ～苦手なものも…ひとくちチャレンジしてみよう！ 動画の作成～



最後に・・・

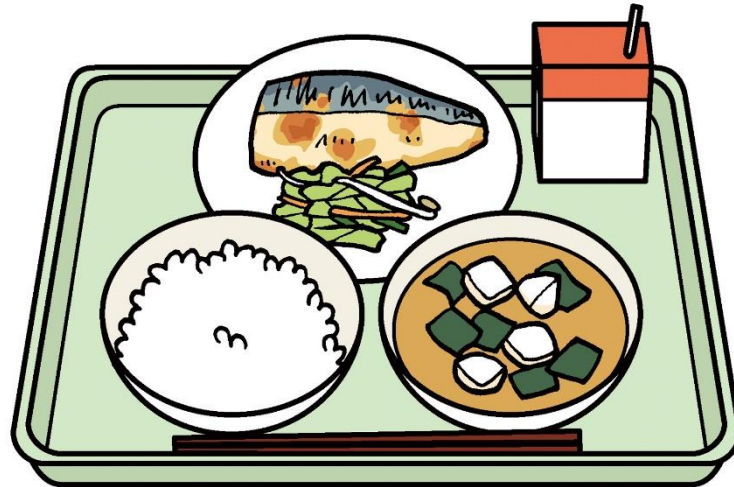
食育は学校だけでなく、家庭でのいつもの生活の中のちょっとしたことが勉強になります。

家庭・地域・学校で協力して子どもたちの健康的な食生活づくりをしていきたいと考えています。

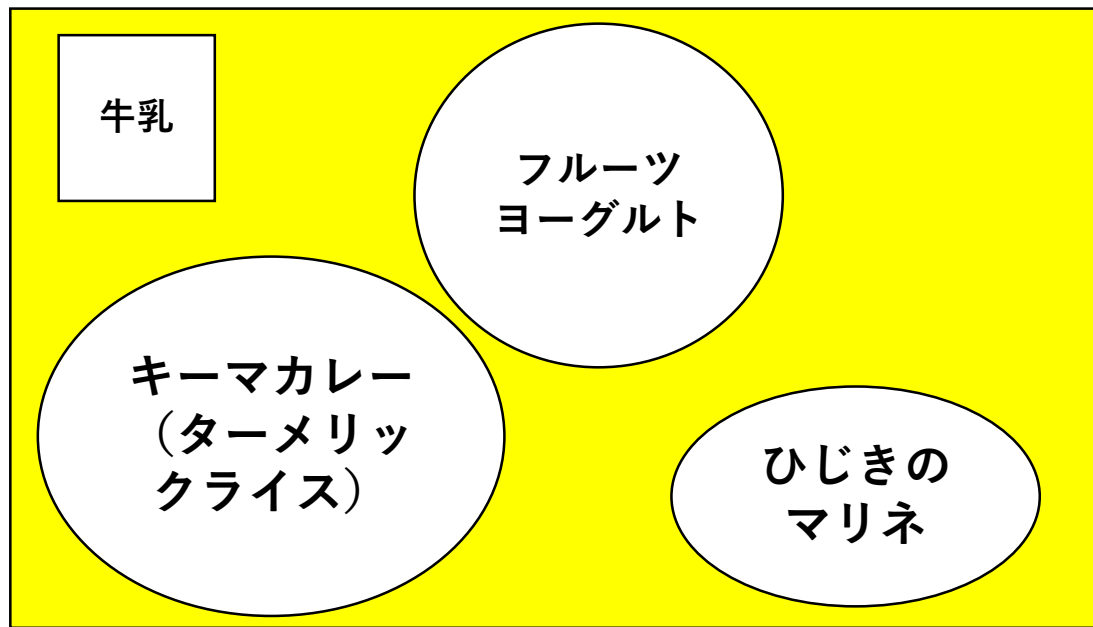
子どもたちが笑顔で元気に過ごせるようにしていきたいと考えています。



ご清聴、ありがとうございました



今日の給食について



片付け方

- 食べきれなかったものは、入っていた食缶に。
 - 食器はもとのかごに。
 - ストローは、ビニール袋に。
 - 牛乳パックはつぶして、ゴミぶくろに。
- ※牛乳の飲み残しがある場合はケースに並べる。



アンケートへのご協力よろしく申し上げます。
入り口のアンケート回収箱に提出してください。

片付け方

- 食べきれなかったものは、入っていた食缶に。
 - 食器はもとのかごに。
 - ストローは、ビニール袋に。
 - 牛乳パックはつぶして、ゴミぶくろに。
- ※牛乳の飲み残しがある場合はケースに並べる。

