

# いただきます～す



ご入学・ご進級おめでとうございます。いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。

学校給食は、栄養バランスのとれた食事で、みなさんの健やかな成長を支えるとともに、さまざまなことを学ぶ教材となるものです。給食センターでは、みなさんが安心して食べられるように、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。1年間、よろしくお願いいたします。

## 学校給食について～こんなことに気をつけています

### 食材

那珂市や茨城県でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。



### 献立

郷土料理や行事食、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



### 栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるように考えています。



### 調理・衛生

野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。



### 牛乳

ほぼ毎日出ます。成長期に多く必要とされるたんぱく質、カルシウムが豊富に含まれています。

### 献立構成の基本



### 副菜

野菜を中心としたおかずです。ビタミン、ミネラルが多く、おもに体の調子を整えます。

### 主食

ごはん、パン、めん類などです。炭水化物が多く、おもにエネルギーのもとになります。

### 主菜

肉、魚、卵、大豆製品などを使った料理です。おもに体をつくるもとになる栄養素であるたんぱく質を多く含んでいます。

## 那珂市の給食は…



### 1 生きた教材としての役割

食に関する指導を充実させるため、給食そのものが教材となるように考えています。必要な栄養素や食品の組み合わせを考え、子供たちの好きなものだけに偏ることがないように、栄養バランスのとれた献立内容となっています。

### 2 いろいろな食品の使用

旬の食材、那珂市産の食材（米・小松菜・にら・じゃがいも・長ねぎ・キャベツ・にんじん・白菜・玉ねぎ・ごぼう・トマト等）、茨城県産の食材を取り入れ、様々な食品、料理、味を子供たちに体験をしてもらいたいと思っています。



### 3 食文化の継承

日本に昔から伝わる全国各地の郷土料理や行事食、世界の料理などを取り入れています。

### 4 安心・安全な給食の提供

良質で安全な食品を選定し、使用しています。衛生に注意して、食中毒防止に努めています。

### <給食費について>

給食費は保護者負担分と市補助(300円)を合わせて全額食材の材料費にあてられています。それ以外の人件費や施設・設備に係る経費は、設置者である市が負担しています。

区分	小学生	小教員等	中学生	中教員等
月額	4,300円	4,600円	4,700円	5,000円
1食分	250円	260円	270円	290円

### <給食費の減額について>

病欠者等で連続して欠席が5日を超えると事前に分かっている場合は、6日目以降は1食当たり単価×欠食日数＝減額となります。事前に所属学校に申し出があったものを対象とします。

また、食物アレルギーやその他の理由で給食費が減額できる場合もあります。詳細については、令和5年2月27日付で配布した減額申請のお知らせをご覧ください。

### <学校給食食材の放射性物質検査について>

学校給食で使用する野菜等の放射線検査を、毎日1品目実施しています。また、調理済の学校給食1食分の検査については、週1回実施しています。なお、令和5年2月までの検査結果はすべて未検出です。詳しくは那珂市役所ホームページをご覧ください。

### 食物アレルギーについて



原材料を記載した詳しい献立表を配布しています。また、加工食品等の内容配合表を給食センターから各学校に配布します。より詳しい内容を知りたい方は、内容配合表をご覧ください。か給食センターまでご連絡ください。除去食や代替食の調理には、人手や調理環境が必要になるため、現状では実施できません。ご理解くださいますようお願いいたします。