

# 4月 給食だより

ご入学・ご進級おめでとうございます。暖かい春の陽気に包まれ、いよいよ新学期が始まりました。給食は**10日(水)**から始まります。一年間、よろしくお願ひします。



## 4月の給食目標

給食の手順や係分担を覚えよう

## 上一中の給食

○給食時間 12:35~13:05 (30分間)

### ○献立・食材

献立は、**板橋区中学校食事摂取基準**をもとに、学校独自で栄養士が作成しています。

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄分	亜鉛
772~888Kcal	25.1~44.4g	17.2~29.6g	420 mg	120 mg	3.7 mg	3.0 mg
食塩相当量	レチノール当量	ビタミン B <sub>1</sub>	ビタミン B <sub>2</sub>	ビタミン C	食物繊維	
3.0g	300µg	0.50 mg	0.60 mg	35 mg	7.0g	

- ✓ 食品の素材を大切に考え、手作りを基本としています。
- ✓ 季節の食品、行事・郷土食などを取り入れた献立を立てるようにしています。
- ✓ 家庭で不足しがちな芋、豆、魚介、海藻類を取り入れるようにしています。
- ✓ 「一食としての食事」を大切に、給食が生きた教材になるように献立を考えています。
- ✓ 生鮮食品は主に地元業者から購入しています。
- ✓ 米と給食用副資材については、品質の良いものを安く購入するために、共同購入しています。  
(板橋区が契約し、全小中学校が購入する方法です。)

### ○調理

調理は日本国民食株式会社の調理師3名、パート4名が行います。学校給食が毎日の楽しみとなるように、安全でおいしい給食を作っていきます。ご理解とご協力、よろしくお願ひいたします。

## 今月の献立紹介

### 入学・進級のお祝い

【赤飯】

お祝いごとがあるときにお赤飯を炊いてお祝いすることは、日本の伝統的な食文化です。

## 保護者の皆様へお願い

### ○給食着の持ち帰りについて

当番の生徒は、金曜日に**給食着**・**帽子**を持ち帰ります。洗濯・アイロンをして翌週月曜日に次の当番に渡せるようご協力をお願いします。

### ○食物アレルギーによる除去食について

食物アレルギーによる除去食等の必要な方は、担任の先生を通して栄養士までお知らせください。

※生活管理指導表（医師による診断書）の提出が必要です。

※面談後、必要書類にご記入いただき実施となります。

### ○感染症対策について

机を合わせず、全員前を向いて食べます。

給食当番はマスクを着用して配膳を行います。

ご家庭でマスク（給食当番）を用意してください。

### <学務課からのお知らせ>

板橋区では、昨今の急激な物価高騰の中、子育て世帯の経済的負担の軽減を図り、子育て支援を強化することを目的に、令和5年2学期から学校給食費の無償化を実施しています。

令和6年度も無償化を継続のうえ、給食費の改定を行いました。給食費を充実させることで、給食の質や栄養摂取状況の向上、季節に応じた旬の食材を取り入れた給食に一層努めていきます。

令和5年度1学期まで	令和5年度2・3学期	令和6年度
5,360円	5,735円	<b>6,290円</b>
保護者負担	無償化	

### 本校ホームページに給食の情報を掲載しています！

給食写真・献立が見られます。

その他、給食だより・献立表も同じページから見られますので、ぜひご覧ください。

