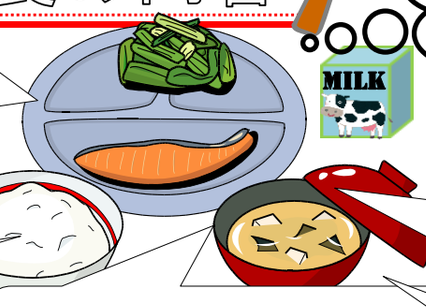
給食だより4月

ご進級おめでとうございます

深谷市立深谷小学校
令和５年４月１０日

元気いっぱいの新入生を迎え、新学期が始まりました。学校給食は子供たちが栄養バランスのとれた食事をクラスの仲間や先生と一緒に食べ、そのふれあいの中で心を豊かにし、体の健康を育んでいきます。さらに給食は「生きた教材」として、健康的に過ごすためのよい食べ方やマナー、協力の大切さや感謝の心を育む食育としての役割があります。今年度も楽しく、安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

学校給食の内容



主食（ご飯・麺・パン）・牛乳・おかずを組み合わせた栄養バランスのとれた食事です。

かむ習慣をつけるために、かみごたえのある料理をとりいれています。

脂肪のとりすぎを防ぐために、一食にしめる脂肪の割合を20%～30%以内になるように工夫しています。

日本型食生活を大切にし、郷土の味や行事食をとりいれています。

味つけ、料理方法（煮物・揚げ物・焼き物・和え物など）や組み合わせ（和・洋・中）を考慮しています。

旬の食材を使い、素材の味を大切にしています。

《学校給食の栄養量》

給食は、１日の食事の１／３（３食のうちの１食）ですが、その基準量は家庭で不足しがちな栄養量を考慮して決められています。特にカルシウム・マグネシウムは１日に必要な量の１／２、ビタミンB１・２は４０%を摂取できます。

区分	中学年の栄養量
エネルギー	650ｋｃａｌ
タンパク質	26.2ｇ
脂肪	学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%
ナトリウム（食塩相当量）	２ｇ未満
カルシウム	３５０ｍｇ
鉄	３ｍｇ
ビタミンA	200μｇRE
ビタミンB1	０．４ｍｇ
ビタミンB2	０．４ｍｇ
ビタミンC	２５ｍｇ
マグネシウム	５０ｍｇ
食物せんい	５ｍｇ

給食費について

給食費は、食材の購入のみに使われています。給食を作るために必要な施設設備費や光熱水費、人件費などは深谷市が負担しています。毎月13日に口座引き落としになっていますので、前日までに入金及び残金の確認をお願いいたします。

1ヶ月4,500円（保護者負担4,100円、市からの補助400円）　1日あたり264円（保護者負担240円）

返金は連絡をいただき食材を停止できた日から停止し、連続5日以上（休日を除く）の場合にします。

ご家庭と給食の連携をよろしくお願いいたします

毎月の献立表やおたよりに目を通してください

冷蔵庫など目にしやすい所に張って、ご一読ください。給食を話の糸口に、その日の子どもの学校での様子を聞くこともできます。

給食当番へのご協力をお願いします

ハンカチ着用、つめ、マスクなど衛生管理にご協力ください。また給食当番の週の最後には、白衣等の洗濯、アイロンがけによる滅菌をお願いいたします。

ご家庭を食育の実践の場にしてください

はしの持ち方、配膳、食べ方、献立の考え方など、学校で食育として伝え、子どもたちが学んだことをご家庭でもぜひ継続して実践させてください。

積極的にお手伝いをさせてください

給食では全員で準備、後片付けをします。ご家庭でもぜひ行わせてください。買い物や料理もできる範囲で積極的にお手伝いをさせてあげてください。

深谷市教育委員会からのお知らせ

学校給食費への補助を実施します。

市では、国からの交付金を活用し、コロナ禍における原油価格や物価高騰の影響を受けている子育て世帯の経済的負担の軽減を図っています。学校給食に対して食材料、小学校児童１人当たり月額４００円（中学校生徒１人あたり月額５００円）を補助します。補助金は、各学校の給食会計に対して支給します。なお、保護者の皆様からご負担いただく給食費は、これまで通り小学校児童１人当たり月額４，１００円（中学校１人当たり４，９００円）のまま変更ありません。

学校給食については、これまで通り安全、安心、かつ安定的な提供に努めてまいりますので、ご理解賜りますようお願い申しあげます。

深谷小学校のみんなが選ぶ第２回深谷小学校のいいところランキングで

「給食がおいしい」が第１位に選ばれました！

第１回に引き続き第１位でとてもうれしいです。調理員さんと力を合わせて、さらにおいしい給食作りをがんばります°+✧ ヽ(°▽°)ノ ✧+°