

給食だより

さいたま市立与野南中学校
給食室

○ご入学・ご進級おめでとうございます○

学校給食は、「食」について学ぶ大切な教育活動の一環として実施されています。成長期の子もたちに、食生活に関する知識や理解を深めていくことをはじめ、心の交流の場としても大きな意義を持っています。子どもたちが生涯にわたって健康でいられるように、家庭と学校の連携を大切に、活動していきたいと思えます。ご家庭におかれましても、より一層のご理解とご協力をお願いいたします。

【学校給食の目標】（学校給食法 第2条）

1. 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
2. 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
3. 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
4. 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、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. 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
6. 我が国や各地域の優れた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。



【学校給食摂取基準】

| | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | ナトリウム | カルシウム | 鉄 | ビタミン | | | | 食物繊維 |
|---------------------|-------------|--------------------|--------------------|------------|-----------|----------|-------------|-----------|-----------|----------|----------|
| | | | | | | | A | B1 | B2 | C | |
| 生徒(12~14歳) 1食あたり | 830 kcal | 摂取エネルギー の13~20% | 摂取エネルギー の20~30% | 2.5 g未満 | 450 mg | 4.5 g | 300 μgRE | 0.5 mg | 0.6 mg | 35 mg | 7g 以上 |

給食は、1日の食事の1/3（3食のうち1食）ですが、その基準量は家庭で不足しがちな栄養素を考慮して決められています。上記の基準に基づき給食を実施します。

【給食費・給食回数】

- 保護者負担の給食費は1ヶ月5,130円です。給食費は全て食材料費に使用します。（人件費、光熱費、設備費等はさいたま市で負担します。）納付期限等はさいたま市よりご自宅へ送付する通知書でお知らせします。
- 給食回数は1. 2年生は178回、3年生は162回です。
- 喫食内容の変更や連続6食以上の欠食は「学校給食喫食内容変更届」の提出が必要になります。届出があってから6日後からの変更になりますのでお早めにお申し出ください。

さいたま市 5つの食べる

- ① 「三食しっかり」食べる
- ② 「一緒に楽しく」食べる
- ③ 「確かな目をもって」食べる
- ④ 「まごころに感謝して」食べる
- ⑤ 「食文化や地の物を伝え合い」食べる



くわしくは学校ホームページに掲載の「令和6年度の学校給食費について」をご覧ください。

【与野南中の給食】

今年度より調理業務は株式会社レパストが担当します。

みなさんの心と身体の栄養となるように、勉強やスポーツに一生懸命取り組めるように力を合わせて愛情をこめて、安心でおいしい給食づくりに努めます。よろしくお願ひいたします。