

# 4月の給食だより

平成23年4月7日  
高岡市立戸出西部小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。子どもたちは希望に胸をふくらませ、新学期の第一歩を踏み出しました。

心も身体も大きく成長するには、健康が第一です。その健康を維持するのに、最も大事なのが食事です。成長期の子どもたちには、特にバランスのとれた食事をとることが大事です。本年度も、学校給食へのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



## 学校給食の食事内容



学校給食は、小学生が1日に必要な栄養量の約1/3を摂取できるようにしています。特に食事で摂取しにくいカルシウムやビタミン類は、必要量の1/2を摂取できるように献立を立てています。

### ご飯 (月・火・木)

給食用の米は、富山県産のコシヒカリ100%です。混ぜご飯の日もあります。太陽食品から納入されます。



### 牛乳 (毎日)

県内産の牛乳を使用しています。成長期の子どもたちに必要なカルシウム、ビタミン、たんぱく質などを補うために、毎日ついています。



### パン (水・金)

無漂白の小麦粉を使用しています。今年からパンの原料の配合割合が変わり、今までよりも甘みとコクのあるパンになります。パンはさわや食品から納入されます。



### おかず (毎日)

揚げもの料理、煮物、焼き物、蒸し物、和え物などバラエティに富んだメニューを考えています。家庭で不足しがちな豆類、海藻類、魚介類、種実類(ゴマ、ナッツなど)を多くとるように心がけています。

## ご家庭へのお願い

〈学校で何を食べたの?〉

給食の献立に目を通し、今日何を食べたのか聞いてください。食べ物に関心をもつようにし、料理名や食品名を覚えるようにしましょう。

〈しっかりと朝食を食べて登校しましょう〉

朝食は、午前大切なエネルギー源となります。午前の勉強のコンディションを整えるため、朝食は欠かせません。



## 給食費について

\* 月額4,480円(1食259円) を集めさせていただきます。

- ・ 長期欠席や転出がわかっている場合は、早めに担任までお知らせください。
- ・ 休んだ児童のパンなどは、交通事情、衛生事情などによりお届けできませんのでご了承ください。
- ・ 長期欠席の場合、申し出のあった3日後から給食を止め、学期末に給食費を調整させていただきます。

