4月 給食だより

令和７年４月

千葉市立越智小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。

新しい学校、そして新しい学年、子どもたちは期待と不安を胸にいだいていることでしょう。そんな子どもたちを応援し、心と体の健やかな成長を支えていくために、今年度もおいしくて安全な給食を給食室一同力を合わせて届けていきたいと思います。

◎学校給食の栄養

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	ナトリウム（塩分）	カルシウム	マグネシウム	鉄
	kcal	%エネルギー	%エネルギー	g	μgRAE	mg	mg	mg	g	mg	mg	mg
低学年	530	13~20	20~30	4.0	160	0.3	0.4	20	1.5未満	290	40	2.0
中学年	650	13~20	20~30	4.5	200	0.4	0.4	25	2.0未満	350	50	3.0
高学年	780	13~20	20~30	5.0	240	0.5	0.5	30	2.0未満	360	70	3.5

学校給食は文部科学省によって1食当たりの栄養価が定められています。

おもに１日に必要な栄養の 40%程度を基準値にしていますが、特に日本人に不足しがちなカルシウムについては、50%を基準値としています。給食に毎日牛乳が出るのはそのためです。また、生活習慣病予防の観点から、塩分については幼児期・学童期から薄味に慣れていくよう、給食では無添加のだしをとり、食材のうまみを生かすよう、味付けに配慮しています。

◎給食当番の仕事

保護者の方へ

・給食当番になると、マスクを使います。忘れずにご用意をお願いします。

・毎週金曜日に白衣を持ち帰りますので、洗濯・アイロンがけをお願いします。また、ほころび、ほつれ、ボタンの取れているところなどがありましたら繕っていただけると大変助かります。ご協力よろしくお願いします。

・給食当番は身支度も大切な仕事です。つめは短く切り、ぼうしをかぶるときに髪の毛が入れやすいよう髪が長い子はしばっていただくようお願いします。

◎1年生の保護者の皆様へ

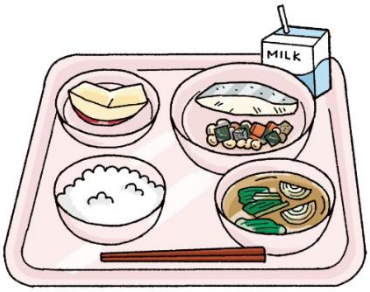
１年生は４月 21 日（月）から給食が始まります。

食事のマナーやルールをご家庭の食卓でも話題にしていただくと、楽しい給食時間を過ごせると思いますのでご協力をお願いいたします。

◎給食の停止について

病気やけがなどで連続4 日以上の欠席をする場合、5日前までに申し込みがあれば、給食を停止することができます。その場合は、担任までご連絡ください。なお、給食再開にも約1週間かかりますので、ご承知おきください。

◎おいしくて楽しい給食をめざして



千葉市では、給食に使用する生鮮食品はなるべく国産のもの、調味料は無添加のものを選ぶようにしています。また、海に囲まれた千葉県のおいしい食材を知ってもらうため、いわしやあじ、のり、ひじきなどの海産物を子どもたちが食べやすいように調理して出しています。

学校給食は野菜料理も多く、家では食べたことのない味つけや、苦手な食べ物も出てきます。いろいろな食の経験を繰り返すことで、たくさんの種類の食べ物の味に慣れ、食事の大切さ、楽しさが感じられるようになってほしいと思います。ご家庭でもぜひ、給食のことを話題にしてみてくださいね。

給食で使用している主な食材の産地について

（2025 年 2 月 3 日～2 月 28 日）

給食だよりの紙面にて、前月の給食に使用した主な食材の産地についてお知らせいたします。

食材	産地	食材	産地	食材	産地
米	千葉	キャベツ	愛知	りんご	青森
牛乳	千葉	ブロッコリー	長崎	カリフラワー	熊本
パン（小麦）	北海道　埼玉　千葉	ごぼう	青森	しょうが カリフラワー	熊本
豚肉	千葉	にんじん	千葉	にんにく	青森
鶏肉	岩手、鹿児島	れんこん	茨城	えのき	新潟
たまご	千葉	とうもろこし（ホールコーン）	タイ	セロリー	長野
生揚げ	群馬	じゃがいも	北海道	清見オレンジ	和歌山
ねぎ	千葉	にら ピーマン	茨城	オレンジ	アメリカ
こんにゃく	千葉（八街）	きゅうり	埼玉	ほうれんそう	千葉
こまつな	千葉	はくさい	群馬	きゅうり	千葉
たまねぎ	北海道	だいこん	神奈川	チンゲンサイ	千葉
もやし	栃木	しめじ	長野	バナナ	フィリピン

＜学校給食費の保護者等負担軽減のお知らせ＞

千葉市では、食材の物価高騰に対応するため、学校給食費を値上げすることなく、食材費の一部を市が負担し、これまで通りの栄養バランスや量を保った安全安心でおいしい給食を提供します。なお、本件に伴う学校給食費の増額はありません。