



名古屋市の学校給食の紹介

学校給食では、成長期の子どもたちに必要な栄養をバランスよくとれるように、児童の嗜好や食文化の継承にも考慮しつつ、献立内容を工夫しています。

また、小麦粉と油からルウを作ったり、煮干しやむろけずりでだしをとったりして手作りの味を大切にした給食を提供しています。



さらに、年間180回以上の給食時間を通して、子どもたちが望ましい食習慣を身に付けられるように食育を推進します。多くの人となごやかに会食できるよう、食事マナーなどの社会性が身に付くように重点を置いて指導しています。

《 学校給食の目標 》

7つの目標があります！	健康の維持・増進 元気な体を作ろう！	望ましい食習慣 よい食べ方を身に付けよう！	社会性・協同の精神 マナーを守って、楽しく！
生命・自然への感謝 命を大切に、いただきます。	勤労を重んずる態度 ありがとうの気持ちを込めて。	食文化への理解 未来に伝えよう！伝統食！	生産・流通・消費への理解 給食を通して社会を知ろう！

《 学校給食の内容 》

おかず（主菜・副菜あわせて約400種類以上）

煮もの・揚げもの
あえもの・ソテー
汁もの・シチュー
サンド・蒸しものなど

牛乳(200ml)

毎日つきます。

食器は **PEN 食器**
（樹脂）を使用。
箸は各自持参。



ごはん（3種類）…週3.5回

ごはん(愛知県産米；あいちのかおり)
麦ごはん・五穀ごはん・赤飯
ロウカット玄米ごはん

パン（13種類）…週1～2回

クロワッサン・ナン・米粉パン
ツイストロールパンなど

めん（4種類）…月2回

ソフトめん・うどん・きしめん・中華めん

デザート（約50種類）

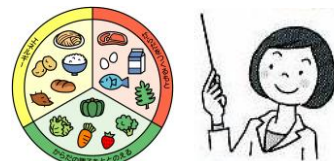
くだもの・ヨーグルト・ゼリー・アイスクリームなど



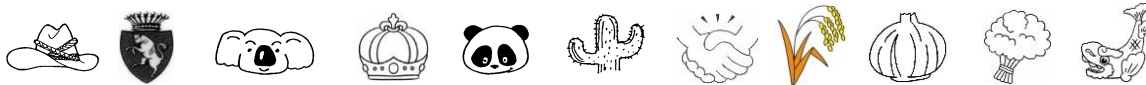
給食が「生きた教材」となるように、充実した給食作りを目指しています。高野豆腐の煮しめなど伝統的な日本料理だけでなく、世界の料理・地域の郷土料理・年中行事に関連する献立も実施して、食文化の理解に努めます。また、いろいろな料理法や食品を使うことで栄養バランスをよくし、偏食を減らせるように工夫しています。



献立表には、食べ物のはたらき(栄養)によって食品を3つに分類して表示しています。児童には3色の食べ物を組み合わせて食べることが、バランスのよい食事につながると指導しています。



特別献立

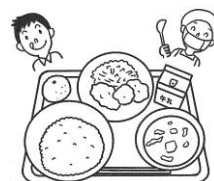


- (1) **姉妹友好都市・パートナー都市**・・・フランスのランス市など6つの姉妹友好都市と、ウズベキスタンのタシケント市など2つのパートナー都市にちなんだ海外の料理。
- (2) **みんなで食べる！なごや産**・・・名古屋産の米や野菜を活用して地産地消を推進した献立。
- (3) **ふるさと献立**・・・豆みそやとうがんなど、愛知県の特産物を使った料理や地元の郷土料理。
- (4) **だいすき！なごや♡めし**・・・名古屋の魅力を伝える、ちょっと豪華ななごやめしの献立。

その他、児童が個々に自分で好きなデザートを選ぶ「セレクトメニュー」もあり、楽しい給食を目指します。今年は**カスタードプリン**か**グレープゼリー**を選びます。

《 学校給食の栄養 》

摂取する栄養は1日に必要な栄養量のほぼ1/3ですが、不足しがちなビタミン類やカルシウムは多めに摂取できるように配慮しています。



＜ 給食1食分の栄養摂取基準量 ＞

	エネルギー (kcal)	たん白質 (%)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	鉄 (mg)	V.A (μg)	V.B ₁ (mg)	V.B ₂ (mg)	V.C (mg)	食物繊維 (g)
低学年	530	13～20	20～30	1.5未満	290	40	2.0	160	0.3	0.4	20	4以上
中学年	650			2未満	350	50	3.0	200	0.4	0.4	25	4.5以上
高学年	780			2未満	360	70	3.5	240	0.5	0.5	30	5以上

《 衛生管理と除去食 》

給食物資の検収から食材の温度管理、食器具の消毒、児童が食べる前に行われる検食、もしもの時に備える保存食など、毎日の給食を安心して食べられるように努めています。



また、**卵・乳製品・ごま**で、調理の最終段階で加えられるものに対して除去食を行っています。(マヨネーズはノンエッグに変更になりましたので、除去食から除外しています) 児童配布用献立表の中に、**除去可能な食品は太字**で書き込まれています。給食で使われている食材のアレルギー物質(ごまなど27品目)が記載されているレシピもあります。詳細が必要な方は、学校までお尋ねください。

《 給食費 》

一般児童は**4,400円(1食264円)**・牛乳を飲まない児童は**3,468円(1食208円)**です。給食費がきちんと集まっこそ、安心安全な食材を購入しておいしい給食を提供できます。毎月の口座引き落としにご協力をお願いします！



名古屋市公式ウェブサイト (<http://www.city.nagoya.jp/>) では、食材の産地や放射性物質の検査



結果について公開しています。また、上名古屋のHPには**給食のページ**を開設しています。

毎月の特別献立の写真を公開中です。よろしければご覧ください。

<http://www.nagoya-c.ed.jp/school/kaminagoya-e/> (教育活動の中の**給食のボタン**をクリック)