



給食だより

令和5年4月号
さいたま市立上木崎小学校

🌸 ご進級・ご入学おめでとうございます！ 🌸

学校給食は、教育の一環として位置付けられています。成長期のお子様に、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もっています。お子様が、生涯にわたって健康でいられるように、家庭と学校との連携を大切にし、指導してまいります。ご家庭におかれましても、より一層のご理解とご協力をいただきますよう、お願いいたします。

【給食の栄養価について】

上木崎小学校の給食は、厚生労働省が策定した「学校給食摂取基準」をもとに作成されています。

区分	基準値			1日の摂取基準に対する学校給食の割合(%)
	6～7歳	8～9歳	10～11歳	
エネルギー (kcal)	530	650	780	33
たんぱく質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13%～20%			
脂質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%			
食塩相当量 (g)	2未満	2未満	2.5未満	33
カルシウム (mg)	290	350	360	50
鉄 (mg)	2.5	3	4	40
ビタミンC (mg)	20	20	25	33
食物繊維 (g)	4以上	5以上	5以上	40

1日の食事の中で摂取しにくいカルシウムや鉄分、食物繊維などが、給食によって多く摂れるように設定されています！

※他にも、マグネシウムやビタミン類についても設定されています。

★予定献立表では、中学年（8～9歳）の栄養価を記載しています。

【給食費について】

- 給食回数は、年間185回です。（1年生は180回）
 - 給食費は、1か月4,380円です。（年4回徴収 自動引き落とし）
- ※1年生は、4月のみ金額が変わります。

★給食停止について★

連続6食以上の欠食がある場合は、届け出を提出していただくと給食をその期間停止できます。提出の翌々給食実施日から日割りにて返金対応をいたします。（連続5食以内の欠食、届け出のない長欠についての返金はできませんのでご了承ください。）

♪今年度もよろしくお願いたします♪

栄養職員の風間と、(株)ジーエスエフの11名の調理員たちで、給食室を運営しています。安全・安心でおいしい給食を上木崎小のみなさんに食べてもらえるよう、力を合わせてがんばります！

また、アレルギーや食材についてお問合せがある方は、栄養士までご連絡ください。

わたしたちが
作っています



(株)ジーエスエフ



栄養職員 風間