

# きゅうしょくだより 4月

ここをこめて  
つくります！



れいわ ねん がっこう しょうがっこう  
令和 7年 4月号 【小学校】  
たいらなんぶがっこうきゅうしょくきょうどうちやうりじやう  
平南部学校給食共同調理場

## ご入学・ご進級おめでとうございます！

新年度がスタートしました。学校給食は、成長期の子どもの心身の健康を支える大切な食事であり、教育(食育)の一環でもあります。給食をとおして、栄養・食事のマナー・感謝の心・食文化など、様々なことを学んでいきましょう。

### いわき市の学校給食

○今年度の給食は8日(火)からです。  
○新1年生の給食は11日(金)からです。  
○「はし」を忘れずに持ってきましょう。

<牛乳> 1本200mL入りで毎日出ます。成長期に欠かせない良質なたんぱく質やカルシウムが多く含まれています。

### <主食>

ごはん ごはん・麦ごはん・混ぜごはんなど  
パン コッペパン・食パンなど  
めん ソフトめん・中華ソフトめん  
主食は、地域のパン屋さんやめん屋さんが製造しています。



地元料理人と連携した「和食給食」献立

### <おかず>

主菜・副菜 季節の食材や郷土料理をとり入れながら、不足しがちな野菜・豆類・海そう・魚などを多くとり入れるようにしています。子どもたちが食べやすいように味つけや調理法も工夫しています。  
汁物 和風の汁物は、昆布・かつお節・煮干しで「だし」をとり、うす味を心がけています。

※アレルギーについては、「小麦・乳・卵・えび・かに」について予定献立表に記載しています。また、「そば」「落花生」「くるみ」は使用していません。

## 平南部学校給食共同調理場を紹介します。

平南部学校給食共同調理場では、調理員26名、栄養士2名、事務職員3名で、小学校7校・中学校4校、合わせて11校分。約3,200人分の給食を、力を合わせて作ります。1年間、よろしくお願いします。



### 給食での取組



○地場産物の活用…いわき市産の農水産物を積極的にとり入れています。

○和食献立の実施…魚・野菜・海そう・豆を中心とした和食は、栄養バランスが整いやすく日本の食文化の継承にもつながることから、献立にたくさん取り入れています。

○減塩の推進…だしをしっかりとるなどして、うす味でもおいしく食べられる工夫をしています。

## 「文部科学省の学校給食摂取基準」\* 小学校児童(中学年) 1食あたり

| エネルギー<br>kcal | たんぱく質<br>g   | 脂質<br>g      | ナトリウム<br>g     | カルシウム<br>mg | マグネシウム<br>mg |
|---------------|--------------|--------------|----------------|-------------|--------------|
| 650           | 21~33        | 14~22        | 食塩相当量<br>2.0未満 | 350         | 50           |
| 鉄<br>mg       | ビタミンA<br>μg  | ビタミンB1<br>mg | ビタミンB2<br>mg   | ビタミンC<br>mg | 食物繊維<br>g    |
| 3             | げノル換算<br>200 | 0.4          | 0.4            | 25          | 4.5          |

### 学校給食支援事業について～保護者の皆様へ～

子育て世帯に対する経済的な負担軽減を図るため、令和7年4月から中学校の給食費を無償とします。なお、令和5年4月から実施している第3子以降の小学生の給食費については、引き続き無償とします。

※要件を満たした方が対象となります。詳しくは、教育委員会のホームページ「中学校給食無償化事業について」、「学校給食費第3子以降支援事業について」を御確認ください。