

4月給食だより

ニセコ町学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます

4月になり、新しい年度がスタートしました。新しい教室や先生、友達、そしてこれから始まる学校での授業や行事など、わくわく、ドキドキすることがたくさんありますね。勉強や運動など、いろいろなことにチャレンジしましょう。どんなことをするにも、健康であることがとても大切です。バランスの良い食事をとり、元気に過ごしていきましょう。

ニセコの給食を紹介します！

給食センターについて

ニセコ町学校給食センターは、ニセコ小学校、近藤小学校、ニセコ中学校、ニセコ高校に給食を提供しています。今年度は、児童生徒及び教職員も含め、一日に約525食を、8人～9人の調理員で提供する予定です。(令和4年4月1日現在)

食材について

地産地消に積極的に取り組んでいます。主食となる米は、ニセコ産を使用し、パンや麺は、道産小麦を使用しています。食品選定には、産地を厳選し、減農薬の農作物や、無添加の食品をできる限り使用し、体に優しく安全で安心できる食材を使用するよう努めています。

ニセコ産食材の使用時期(令和3年度使用分)

米(ななつぼし): 通年	人参: 9~1月	白菜: 12~1月	かぼちゃ: 9~11月	ごぼう: 12~3月
豆腐・油揚げ(ニセコ産大豆): 通年	玉葱: 10~3月	ほうれん: 4月	メロン: 7~9月	ミニトマト: 8~9月
鶏卵: 通年	大根: 4・10~3月	小松菜: 4月	トマト: 7~9月	ブロッコリー: 7~9月
じゃがいも: 通年	キャベツ: 4・10~3月	にんにく: 8~10月	アスパラ: 5~6月	もち米: 4月

栄養について

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要なエネルギー量やたんぱく質量の約3分の1程度がとれるようになっています。カルシウムは食事摂取基準の50%、ビタミン類や食物繊維は40%がとれるようになっています。塩分の過剰摂取が全国的に問題となっているため、学校給食での塩分基準は小学校1~4年生まで2.0g未満、小学校5~6年生と中学生は2.5g未満とされています。給食では、だしの風味や素材の味を生かすことで、薄味でおいしい給食を目指しています。

給食を通して身につけてほしいこと

給食はバランスの良い食事や栄養をとるためだけでなく、食事の準備や片付けを身につけること、食事のマナーを身につけること、食文化や地域の食材を学ぶこと、感謝の心を育むことなど、心身ともに健やかに成長することを目的として実施されています。給食を食べながら、楽しく学んで身につけていきましょう。

約束を守って楽しい給食時間にしよう！

給食の時間にはいろいろな約束があります。みんなが楽しく、気持ちよく給食を食べられるように、約束を守って行動しましょう。

 <p>石けん できちん と手を洗 う</p>	 <p>給食台 をきれい に拭く</p>	 <p>いただきます ごちそうさま の挨拶をする</p>
 <p>よい姿勢 で食べる</p>	 <p>ふざけて笑わ せるなど、 友達の嫌がる ことはしない</p>	 <p>食器やおぼん をていねいに 片付ける</p>

給食食当番できるかな？

体調を確認する

髪の毛は
帽子や
三角巾
に入れる



白衣やエプロン
をきちんと着る

給食センターニュース

ニセコ中学校3年生のみなさん、ニセコ小学校6年1組のみなさんより寄せ書きをいただきました。感謝の気持ちが書かれていて、とても心温まる気持ちになりました。たくさんのメッセージありがとうございました。

