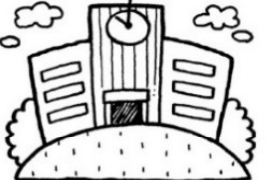


学校給食の概要

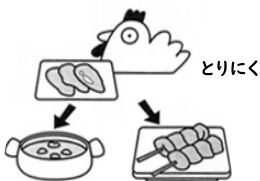
学校給食は、ただ食事をするだけではなく、「食べる」という人間の基本的な活動を実践しながら、食に関する栄養の知識やマナーを学び、それを習慣として身に付けて生涯にわたって自己の健康に配慮した食生活を営むことができる力を培います。さらに、友達や先生と一緒に食事をするを通して豊かで明るい社会性を身に付けることなどを目的としています。

学校給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。 	②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。 	③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。 	④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。 
⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。 	⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。 	⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。 	

献立作成上のポイント

季節の味を活かし、栄養価を満たした献立づくり



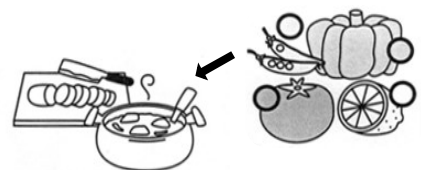
毎日、変化を持たせる調理方法

子どもたちにおしく、楽しく、給食を食べてもらえるようこのような事に気を付けています

衛生面も
バッチリ！



決められた予算の中でよりおいしいものを！



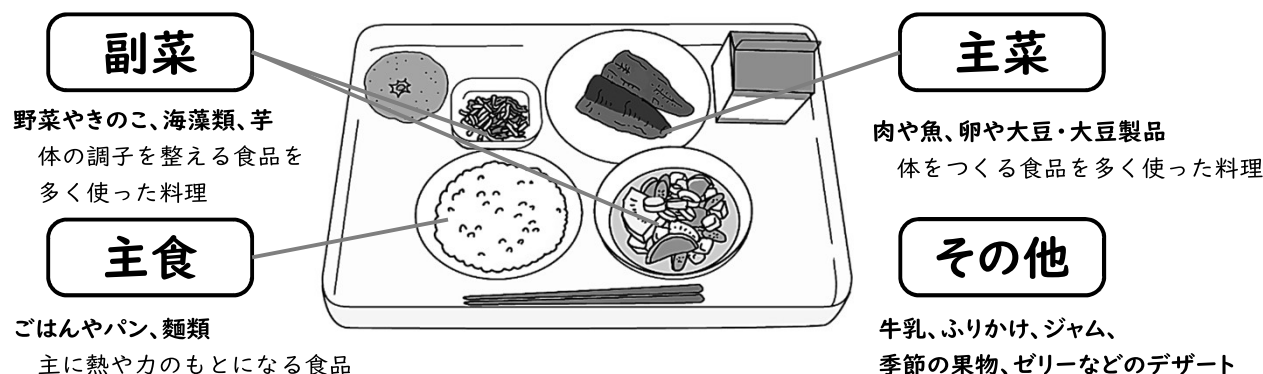
見た目にきれいな色のとり合わせで、なるべく手づくりのものを

学校給食の内容

牛乳、主食、副食（主菜、副菜）を組み合わせ、児童生徒1日の食事摂取基準の3分の1以上（不足しがちなカルシウム、マグネシウムは半分以上）をとれるようにしています。

区 分	栄 養 量					
	児 童 (6～7歳)	児 童 (8～9歳)	児 童 (10～11歳)	生 徒 (12～14歳)	特別支援学 校の高等部 生徒の場合	一日の栄養 所要量に対 する学校給食 の割合(%)
エネルギー(kcal)	530	640	750	820	820	33
たんぱく質(g)	20	24	28	30	25	40
脂質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体の25～30%					
食塩相当量(g)	2未満	2.5未満	2.5未満	3未満	3未満	
カルシウム(mg)	300	350	400	450	380	50
鉄(mg)	2	3	4	4	4	33
ビタミンA(ugRE)	150	170	200	300	300	33
ビタミンB1(mg)	0.3	0.4	0.5	0.5	0.5	40
ビタミンB2(mg)	0.4	0.4	0.5	0.6	0.6	40
ビタミンC(mg)	20	20	25	35	35	33
食物繊維(g)	4	5	6	6.5	6.5	33

※学校給食摂取基準より



主食	主菜	副菜	その他
ごはんは週4回、パン または麺類は週1回 です。お米は香川県 産おいでまいを使用 しています。	肉は一部を除き全て香 川県産、鶏卵は県内産、 大豆製品は県内で加 工されたものを使用し ています。また、讃岐三 畜等の特産品も多く使 用しています。	地元でとれる野菜や 果物などを積極的に 取り入れています。ま た、香川県の特産品も 多く使用しています。	牛乳は、給食に毎回つ きます。成長期に欠か せないカルシウムやビ タミン、たんぱく質など をバランスよく含んで います。



**Q. 給食費って何に
使われるのですか？**

A. 給食費は子どもたちにおいしい給食をつくるための食材費になります！ 地域でつくられた新鮮で安心安全な食材を積極的に取り入れ、成長期の子どもたちのために、栄養バランスのよい、おいしい給食をつくっています。