

# きゅうしょくだより 4月



れいわ ねん がっこう しょうがっこう  
令和 8年 4月号 【小学校】  
よつくらがっこうきゅうしょくきょうどうちょうりじょう  
四倉学校給食共同調理場

## にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級おめでとうございます!

しんねんど がっこうきゅうしょく せいちようき こ しんしん けんこう きき たいせつ  
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、きょういく しょくじ いっかん きゅうしょく えいよう しょくじ かんしゃ  
食育(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。

## し がっこうきゅうしょく いわき市の学校給食

- 今年度の給食は7日(火)からです。
- 新1年生の給食は10日(金)からです。
- 「はし」を忘れずに持ってきましょう。

ぎゅうにゅう ほん ミリリットル まいにちで せいちようき か  
**<牛乳>** 1本200mL入りで毎日出ます。成長期に欠かせない  
りょうじつ おお ふく  
良質なたんぱく質やカルシウムが多く含まれています。

しゅしょく  
**<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、市内のパン屋さんやめん屋さんが製造しています。



じもとりにん れんけい わしょくきゅうしょく こんだて  
地元料理人と連携した「和食給食」献立

**<おかず>**

**主菜・副菜** きせつ しょくざい きょうどりょうり い ふそく やさい  
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・  
まめい かい さかな おお い こ  
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** こんぶ ぶしほ かんざん しょうみやさい  
昆布・かつお節・煮干しなどで「だし」をとったり、香味野菜を  
つか しょくざい み い あじ こころ  
使ったりして、食材のうま味を生かし、うす味を心がけています。

※食物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。

## ☆四倉学校給食共同調理場を紹介します☆

ちょうりいん 26名・えいようきょうしゆ 2名・じむしょくいん 3名で、しょうがっこう 8校・  
ちゅうがっこう 3校、合わせて11校分(約2,700人分)の給食を  
力を合わせて作ります。1年間、よろしくお願ひします。



## きゅうしょく とりくみ 給食での取組



- **地場産物の活用**……福島県産やいわき市産の農水産物を積極的にとり入れています。
- **一汁二菜の献立作り**……一汁二菜の組み合わせは栄養バランスが整いやすくなります。食べ  
て覚えてもらうために積極的に出しています。また、日本の食文化の  
けいしょう せいしん せいかつしゅうかんびょうぼう かんてん  
継承につながるから、郷土料理や行事食などもとり入れています。
- **減塩の推進**……味覚の発達や生活習慣病予防の観点から、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) | 食あたり

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	ナトリウム g	カルシウム mg	マグネシウム mg
650	21~33	14~22	食塩相当量 2.0未満	350	50
鉄 mg	ビタミンA μg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
3	レチノール換算 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～

子育て支援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ています。また、令和8年1月から小学校の給食費についても無償としています。詳しくは、教育委員会のホームページをご確認ください。