

給食だより 4月



令和6年4月8日
玉野市立学校給食センター

新学期が始まりました。新しい学年での1年が始まります。みなさんが心身ともに健やかに成長していくよう、給食センター職員一同、安全でおいしい給食を届けていきたいと思ひます。今年度もよろしくお願ひいたします。

●○給食センターの紹介○●

給食センターでは毎日、約50人の調理員やドライバーと一緒に約3900人分の給食を作って玉野市内の全ての小、中学校へ届けています。みなさんもしっかり食べてくれるとうれしいです。






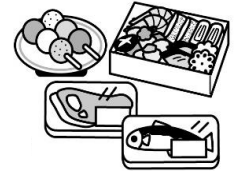

給食センターは玉野市の築港地区にあります



●○学校給食について○●

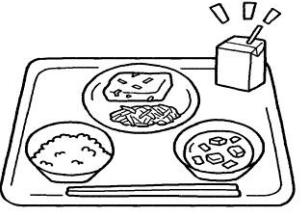
給食は、みなさんの成長のために、栄養バランスを考えて作られている食事です。おうちで食べるごはんとは違うところは、クラスのみんと楽しく食べるための約束があるところ、そして、給食を通していろいろなことが学べるようになっていくところなんです。

給食時間に学んでほしいこと

<p>食事のマナーを身に付け、食事をすることが楽しいことだという気持ちを深める。</p> 	<p>食べ物の種類や働きを知り、健康によい食事のとり方が分かる。</p> 	<p>衛生面に配慮した食事の準備や後片付けが友達と協力してできる。</p> 
<p>食事のときにふさわしい環境づくりや、衛生的な盛り付け方、地球環境や資源に配慮する。</p> 	<p>地場産物や郷土食や行事食を通して地域や日本の食文化に触れる。</p> 	<p>食べ物への感謝の気持ち、食事をしてくれる人や生産・流通に関わる全ての人への感謝の気持ちを育む。</p> 

Q. どうして給食には毎日牛乳が出るの？

A. 日本人は、カルシウムの摂取量が不足しているといわれています。給食がある日とない日では、給食のある日の方がカルシウムの摂取量が多いという研究結果が出ています。給食に出る牛乳は、成長期に大切なカルシウム摂取に役立っています。



牛乳の栄養

成長期にとりたいカルシウムがいっぱい

牛乳200mL中のカルシウム量は約227mgです。成長期は体をつくるためにカルシウムが必要です。カルシウムが豊富な牛乳は、毎日飲んでほしい食品です。