

令和8年度

さいたま市立辻小学校

給食室



ご入学・ご進級おめでとうございます！学校給食は、学校給食法に基づいて実施されています。子どもたちの健康を支え、食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割があります。今年度も安全・安心でおいしい給食を提供していきますので、よろしくお願い致します。

## みなさんの成長を支える給食

学校給食は、成長期に必要なエネルギーや栄養素がしっかりとれる大切な一食です。

### 主食



おもにごはんで、パンやめんもあります。おもに炭水化物をとることができ、エネルギー源になります。



### 牛乳(200mL)

成長期に大切なたんぱく質やカルシウム、ビタミンをしっかりとることができます。



### 副食など(おかず)



魚や肉、卵、野菜、海藻、きのこ、豆など、いろいろな食材を使い、栄養のバランスを考えた料理で、薄味を心がけています。たんぱく質や脂質、ビタミン、無機質をとることができます。

### 食べることは生きること

「食べる」ことは、人が「生きる」ために欠かすことができない大切なものですね。勉強をしたり、運動をしたりできるのは、毎日食事をして栄養をとり入れているからです。育ちざかりのみなさんはもちろん、大人になってからも健康に過ごしていくために、子どものうちから望ましい食習慣を身につけることがとても大切です。

## 5月1日はさいたま市民の日

「さいたま市民の日」は市民がふるさとであるさいたま市の歴史や文化に親しみ、魅力あふれるまちを将来にわたってつくっていくことが期待されている日です。そして4月30日は「さいたま市民の日 給食」です。さいたま市でとれるカーリーノケールを使った「カーリーノケール入りキーマカレー」と小松菜を使った「若谷さんの小松菜とわかめのサラダ」です。さいたま市で作られた食材を味わって食べましょう。



## ○ 給食費について

- 令和8年度より、学校給食費が無償化になります。給食費の保護者負担額はありせん。  
給食費、人件費、水光熱費、消耗品は公費負担です。

## ○ 給食回数について

- 給食の年間予定回数は、2～6年生182回、1年生177回です。

	給食開始予定日	給食終了予定日
1学期	4月10日(金)	7月15日(水)
2学期	8月28日(金)	12月21日(月)
3学期	1月8日(金)	3月19日(金)



- 給食は年間で182回提供しますが、そのうち1回分は全学年でそれぞれ実施される遠足・社会科見学で欠食します。
- 連続6日以上給食を欠食する場合は、事由が生じる6日前(土日祝日は除く)までに『学校給食喫食内容変更届』を学校に提出ください。『学校給食喫食内容変更届』は、本校ホームページの「給食室より」からダウンロードできます。

## ○ 給食で使用するものについて

- 令和8年度より箸、スプーン、フォークは学校で用意します。各自持参した箸、スプーン、フォークを使用することも可能です。その場合は、毎日洗って、清潔なものを持たせてください。
- 給食着は、1～3年生は全員、4～6年生は給食当番のみ使用します。週末に持ち帰って洗濯し、清潔なものを週始めに持ってきてください。
- ランチョンマット、給食用ハンカチは清潔なものを毎日持ってきてください。それぞれ名前の記入をお願いします。
- 衛生管理の観点から、給食の準備中はマスクを着用します。
- 給食後に歯みがきを行います。歯ブラシとコップを用意してください。



## ○ 給食だより・予定献立表について

- 給食だより、予定献立表は、月末に辻小学校ホームページ「給食室より」に更新します。献立表には料理名だけではなく、給食に使用されている食材やエネルギー量などが書かれています。スマートフォンやパソコンから簡単に見られますので、ご活用ください。
- つーじーの日記には毎週給食の写真を掲載しています。そちらもあわせてご覧ください。

給食室から こんにちは

こんにちは。今年度の栄養教諭の、大澤夏葉です。  
安心・安全でワクワクするような給食を提供するとともに、食の大切さを伝えてけるように、がんばります。どうぞよろしくお願ひします。

