



# 食育だより

平成30年度



広島市立広島特別支援学校

4月号

平成30年4月26日

御入学、御進級おめでとうございます。

うらかな春の光とともに新学年が始まりました。子どもたちは新しい出会いに期待と不安を胸に抱いていることでしょう。

子どもたちを応援し、心と体の健やかな成長を支えていくために、今年度も安全でおいしい給食を届けていきたいと思ひます。よろしくお願ひします。

## 広島市の学校給食について紹介します！

### <広島市の献立作成方針・献立作成のポイント>

#### 【方針1】 栄養のバランスのとれた魅力あるおいしい給食であること

① 学校給食摂取基準量を確保する。

② 多様な食品の使用に努める。

③ 児童生徒の嗜好の偏りを少なくするように配慮し、味付け、彩り、調理方法を工夫する。



エネルギーや12種類の栄養素について栄養価計算しています。

いも類や豆類、魚介類、小魚類、海藻類、乳製品を積極的に取り入れています。



#### 【方針2】 食に関する指導の生きた教材となる給食であること

④ 広島市がすすめる「わ食」の視点から、和食、郷土食や行事食、地場産物を取り入れ、食文化の継承に努める。

⑤ 教科学習等と関連した献立を実施する。

#### 【方針3】 十分な衛生管理のもと安全・安心な給食であること

⑥ 衛生面に十分配慮した献立内容とする。

⑦ 安全に十分配慮した食材を使用する。

⑧ 食物アレルギー対応に配慮した献立内容・食材とする。



unnecessary food additives are not used, and we use items like cotton swabs, dried bonito, and dried chicken. We use dashi made with chicken stock.

## <献立内容について>

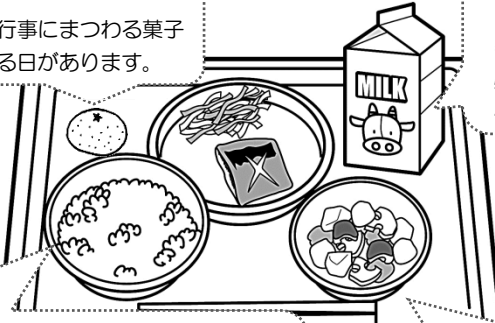
### デザート

季節の果物や行事にまつわる菓子などを取り入れる日があります。

### 牛乳

毎日200mLの牛乳がつきます。牛乳には、成長期に必要なカルシウムがたくさん含まれています。

1食  
 小学部 250円  
 中学部 300円  
 高等部 300円



### 主食

ごはんは週4回、パンは週1回です。学年によって量が異なります。食物せいの摂取に努めるため、麦ごはんや玄米ごはんも取り入れています。

### おかず（主菜・副菜・汁物）

季節の食材や地場産物を取り入れて、煮物 揚げ物 和え物 汁物など多様な料理を組み合わせています。

## <毎月配付している献立表をご覧ください>

★ 献立表には、献立名と使用食材を記載しています。また、郷土食・行事食・教科学習等と関連した献立・地場産物を取り入れた特色ある献立なども紹介しています。

献立名	献立内容	栄養成分
① たけのこごはん ② さわらのかわり天ぷら ③ 切干し大根の炒め煮 ④ ひろしまっご汁 ⑤ 牛乳	<p>おもにエネルギーのもとになる 黄の食品グループ</p> <p>▲炭水化物 △脂質</p>	
① ▲たけのこごはん ② ●(冷)さわら 食塩 ▲小麦粉 ▲新粉 粉茶 水 △食用米油	<p>おもに体をつくるもとになる 赤の食品グループ</p> <p>●たんぱく質 ○無機質</p>	
③ ●さつま揚げ □切干しいんこ ■にんじん □干しいんこ △食用米油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水	<p>おもに体の調子を整えるもとになる 緑の食品グループ</p> <p>■カロテン □ビタミンC</p>	
④ ●油揚げ ●黒絹豆腐 ○(乾)わかめ □たまねぎ □キャベツ ■しんじゆ ■ねぎ ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水	<p>野菜 果物 きのことなど</p>	
⑤ ○牛乳		
	<p>(わ食の日) 食育の日</p> <p>「春の献立」</p>	
栄養量	762 31.6	左：エネルギー (kcal) 右：たんぱく質 (g)



4月から、新しく二人の調理員を迎えました。

今年度もどうぞよろしくお願ひします。