



# 食育だより

広島市立広島特別支援学校

平成31年度

4月号



平成31年4月16日

御入学、御進級おめでとうございます。

今年度も安全でおいしい給食を届け、子どもたちの心と体の健やかな成長を支えていきたいと思います。

保護者の皆さまの温かい御理解と御協力をよろしく申し上げます。

## 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

- 学校給食摂取基準量を確保する。
- 多様な食品の使用に努める。
- 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。



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

- 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。
- 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

- 衛生面に十分配慮した献立内容とする。
- 安全に十分配慮した食材を使用する。
- 食物アレルギー対応に配慮した献立内容・食材とする。



不必要な食品添加物を使用せず、昆虫・かつお節・煮干し・鶏がらでだしをとっています。

## ＜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の牛乳がつかれます。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。

### 給食費

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



### 主食

ごはんは週4回、パンは週1回です。食物せん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・あえ物・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御覧ください＞

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・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玄米ごはん ②さばの塩焼き ③きんぴら ④すまし汁 ⑤かしわもち ⑥牛乳	おもにエネルギーのもとになる <b>黄の食品グループ</b>	▲炭水化物 △脂質
①▲玄米ごはん ②●(冷)さば塩焼き ③●牛肩肉 □ごぼう ■にんじん △食用米油 しょうゆ ▲さとう みりん 七味唐辛子 △白いりごま	おもに体をつくるもとになる <b>赤の食品グループ</b>	●たんぱく質 ○無機質
④●(乾)わかめ ○たまねぎ ■にんじん □かぼち ■みつば かつお節 だし用 だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 水 ⑤▲かしわもち(一食用) ⑥○牛乳	おもに体の調子を整えるもとになる <b>緑の食品グループ</b>	■カロテン □ビタミンC
行事食「こどもの日」 地場産物の日「えきたけ」	特色ある献立	
栄養量	833   2.8	左：エネルギー (kcal) 右：食塩相当量 (g) ※平成31年度からエネルギーと食塩相当量を記載します。