

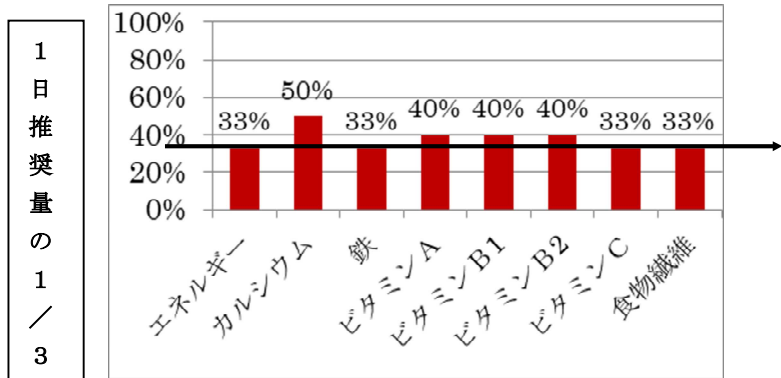


新学期のスタートとともに、学校給食も始まりました。毎日を元気に過ごすために食事は大切なものです。家庭での食事をバランスのよいものとするとともに、学校給食も残さず食べるようにしましょう。

学校給食の栄養

学校給食は、1日3回のうちの1回ですが、栄養の摂取基準は1日の1/3より多くなっています。また、近年の生活習慣病の若年化を考慮し食物繊維やナトリウム（食塩相当量）の基準も設けられています。残りの2/3は家庭でとってほしい栄養です。

一日に必要な栄養素を100とした場合の学校給食の割合



郷土料理や地場産物の紹介

郷土料理 ・ さつまい汁・鶏飯・さつまいもじ・豚みそ・豚骨煮
つあんつあん・さつまいゆんかん・さつまい雑煮
炒り豆腐・きびなご料理など

地場産物 ・ 羽島のじゃがいも・米(ひのひかり)・にんじん
味平かぼちゃ・ぼんかん・サワーポメロ
まぐろ・しらす干しなど

行事食 ・ ・ 節句(こどもの日ゼリー・ひなあられ)・七夕・お月見・
まぐろの日・クリスマス・冬至・正月・鏡開き・節分・
セレクト献立・アンコール献立など

いちき串木野市立学校給食センターの給食

ごはん・パン

- ★ 月・水・金がごはんの日、火・木がパンの日です。ごはんは、給食センターでの炊飯、パンは薩摩川内市(有)南州製菓(マドンナ)で製造しています。
- ★ 学校給食用の米は、いちき串木野市内産の「ひのひかり」を使用し、ビタミンB1やビタミンB2を補うために強化米を加えています。
- ★ 学校給食のパンは、おかずといっしょに食べるので、砂糖を控えめにしています。コッペパン・ミルクパン・バターパン・黒糖パン・チーズパン・レーズンパンなどの種類があります。



牛乳

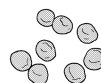
- ★ 県内産の原乳を薩摩川内市の鹿児島県酪農乳業(株)で殺菌処理後、各学校に届けられます。
- ★ 成長期の子供たちに必要なカルシウム、たんぱく質、ビタミン等を豊富に含んでいるため、毎日ついています。

学校給食の栄養

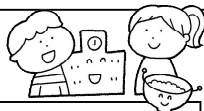
- ★ 文部科学省が定めている学校給食摂取基準に基づいて、変化のある献立内容を心がけ、豊富な材料を使って作っています。(詳細は左上に記載)

おかず

- ★ 栄養のバランスがとれ、安全でおいしい給食にするため、衛生管理に注意しながら調理しています。
- ★ 現代の食事では不足しがちなカルシウム・鉄分・食物繊維の摂取に努めるとともに、かみごたえのある食品や料理を取り入れています。
- ★ 糖分や塩分の取りすぎにならないように、素材の味を生かした料理の味付けを心がけ、だしも煮干しやかつお節、さば節などでとっています。
- ★ 郷土料理や地場産物、旬の材料を使った季節感のある料理も取り入れています。
- ★ 加工食品を使用する場合は、原材料の産地や食品添加物等を確認して使用しています。



(給食費のお知らせ)



【いちき串木野市→教育・文化・スポーツ→給食センター】

給食センターでは、いちき串木野市のホームページに献立写真や献立ひとくちメモなどを掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

幼稚園月額	2700円(10ヶ月納入)	一食155円
小学校月額	4100円(11ヶ月納入)	一食230円
中学校月額	4800円(11ヶ月納入)	一食275円

引き落とし日は、月末日の1回のみです。(振替日が土・日・祝日の場合は、翌営業日となります) 完納に御協力ください。

※ 病気入院等で給食実施日に連続5日以上給食を中止する場合は、学期毎に返金いたします。中止が発生する場合は事前に担任の先生等に必ず連絡してください。