



## ご入学・ご進級おめでとうございます

期待に胸をふくらませ、元気な新一年生を迎え希望に満ちた新学期が始まりました。児童生徒の皆さんの健康の手助けができるよう、安全でおいしく、楽しい給食を届けられるよう給食スタッフ一同力を合わせて頑張っていきます。今年度も学校給食にご協力をよろしく願いいたします。

### 学校給食の食事内容



#### ☆パン 第1, 2, 4週2回・第3, 5週1回

無漂白の小麦粉を使って作られています。成長期に必要なカルシウムやビタミンB群が強化されています。食パン・コッペパン・米粉入りパン等の種類があります。米粉入りパンには、高岡産コシヒカリの粉末を使用しています。



#### ☆ごはん 第1, 2, 4週3回・第3, 5週4回

高岡産コシヒカリを使用しています。カレーライスの際は麦ごはんです。季節に応じた混ぜごはんもあります。



#### ☆めん 月1~2回

ソフト麺・うどん・ラーメン・焼きそば・スパゲティ等が出ます。

給食のめん類は量が少ないので、減量パンやごはんがつきます。



#### ☆牛乳 毎日1本(200ml)

発育期の児童生徒の、血液や筋肉・骨格を作る上で欠かせない「カルシウム」や「たんぱく質」を多くふくみます。

#### ☆副食（おかず・フルーツ・デザート等）



煮物・焼き物・炒め物・揚げ物・汁物・和え物・蒸し物とバラエティに富んだメニューを心がけています。家庭では摂りにくい食品(魚介類・豆類・海藻類)を多く摂れるように工夫しています。また、地産地消促進のため、市内で収穫された食材を積極的に取り入れています。

### ☆ご家庭へのお願い

- ・毎月の給食だよりや献立表に目を通してください。
- ・食事の挨拶や基本的な食事マナーを日頃から実践してください。食事中は「ながら食べ」にならないようテレビを消してください。
- ・給食の白衣は、その週に当番だった児童生徒が家庭に持ち帰ります。洗濯・アイロンがけをして翌週に持たせてください。
- ・食事のお手伝いをさせてください。調理の仕方だけでなく、食事づくりの大変さも分かり、感謝の気持ちをもつことができます。

### 登校前に 毎日朝ごはん



### 給食費

○月額 前期課程 5,000円 後期課程 5,800円・・・給食費は学期末ごとに調整します。

**連続して5日以上欠席される場合は給食を停止できます。ただし、給食費の返金は、欠食届の提出(連絡)があった日の翌日を起算日とし、3日後からになりますのでご了承ください。**

(いずれも学校休業日は含みません)