



食育だより 9月

令和 8 年 8 月 25 日

横浜市立箕輪小学校

校長 村越 直之

学校栄養職員 浅見 翔子

まだまだ暑い日が続いています。夏の疲れが残っていませんか。夏の疲れを解消するためには、疲労回復や予防にかかせないビタミン B1 や B2 を食事で補うようにしましょう。その他にも、栄養バランスよく食べて、元気に過ごしましょう！

★9月の献立について

※給食開始は、8月28日（金）です。（献立は、食育だより8月号をご覧ください。）

○旬の食品を取り入れました。

（かつお・なす・なし・ピーマン・ぶどう）

○敬老の日にちなみ、日本型食生活のよさを伝える献立を取り入れました。

（ごはん・煮魚・磯香あえ・豚汁）

○十五夜（9月25日）にちなんだ献立として「月見汁」を取り入れました。

○残暑が厳しい時期なので、主食が食べやすい献立を多く取り入れました。

（秋なすカレー・ビビンバ・麻婆豆腐・回鍋肉・肉そぼろ・ツナそぼろ・タコライスの具・カレーピラフの具）

○新献立として「米粉のコーンチャウダー」を取り入れました。



★9月の給食目標

机の上をきれいにしたり
教室の換気をしたりしよう！

協力して食事の場をととのえよう

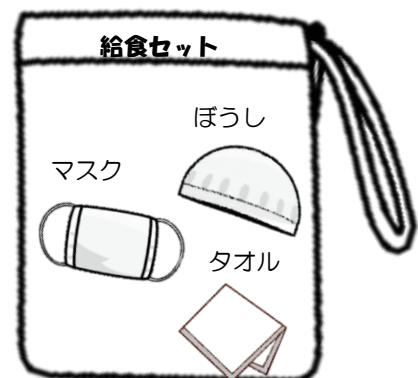


★給食の持ち物について

給食セットは毎日持ってきてください。中身は、ぼうし・マスク・口ふきタオルです。

口ふきタオルは汚れやすいので、清潔なものを毎日持ってくるようにしてください。

※給食の時間は、給食当番以外も衛生面から、
全員帽子・マスクを着用します。



★令和7年度 栄養報告書の結果について

昨年度の栄養摂取状況の結果がまとまりました。

本校は、残食が多い傾向にあり、目標とされている栄養量の充足率が低くなっています。特に、エネルギーが82%、カルシウムが83%、鉄が82%と低くなっています。

おかず別の残量を見ると、エネルギーのもとである白米の残食が多くなっています。また、鉄やカルシウムが豊富な豆類やカルシウムが効率的に摂取できる牛乳の残食も多くなっています。それに伴い、上記の栄養量の充足率も低くなっています。

学校では、給食の時間等を活用し、食材や栄養についての理解や興味関心が高められるよう、児童への働きかけを続けていきたいと思います。ご家庭でも、ご協力お願いいたします。

＜文科省の栄養摂取基準に対する充足率（％）＞

