



給食だより

南部学校給食センター
令和8年4月

ご入学・ご進級おめでとうございます！

新年度が始まりました。子どもたちは、期待と不安を胸にいただいていることと思います。今年度も子どもたちの心と体の健やかな成長を支えていけるよう、給食センター職員一同、力を合わせて安全で美味しい給食を届けるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



鹿屋市立南部学校給食センターの紹介



- 給食数：約5,600食
- 受配校：小学校 13校
 中学校 7校
 計 20校
- 調理員・配送員：54名
- 栄養教諭：3名
- 市職員：5名
- 配送車：8台
- 給食費(1食単価)
 小学校 300円
 中学校 350円

(児童生徒は無償化)

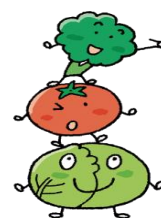


子どもたちに安全な食事を提供するため、給食の調理は、衛生面に十分配慮しています。



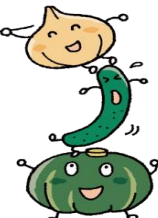
毎月19日は、「かのや食育の日」

給食センターでは、鹿屋でとれる食材を使った献立を取り入れることで、地域への理解を深め、感謝の気持ちをもってほしいと思っています。また、食育の日には、「一生を心身ともに健康に楽しく生きる力」を「食」を通して身につけるというねらいもあります。家庭でもそろって食事をするなど、食について考える日にしてはいかがでしょうか。



学校給食は生きた教材です

食に関する知識や実践力を身につけるために、大切な教材となります



牛乳

牛乳は、カルシウムをはじめ、たんぱく質、脂質、炭水化物、ビタミン類を多く含んでいます。特に牛乳のカルシウムとたんぱく質は、体に吸収されやすい良質な成分です。

給食がない日も積極的に牛乳を飲むように心がけましょう。

主食(ごはん・パン・麺など)

主食には、エネルギー源となる炭水化物が多く含まれています。

学校給食に出る「うどん」や「スパゲッティ」は、麺(小麦粉)の使用量が少なく、主食としては足りていません。そのため、給食では、少なめのごはんやパンと一緒に提供しています。

汁物など

かつお節、昆布、椎茸などのだしとうま味を十分に生かすことや、具材のうま味を生かすことで減塩に取り組んでいます。塩分の摂りすぎは、生活習慣病など将来の健康に大きく影響します。素材本来のうま味を生かし、ご家庭でも減塩に取り組みましょう。

主菜・副菜など

主菜(肉・魚・卵・大豆など)には、体を作るもとになるたんぱく質が多く含まれています。また、副菜(野菜・果物・きのこ)には、体の調子を整えるビタミン・ミネラル・食物繊維が多く含まれています。



今年度も主食は、ごはんが週4回、パンが週1回を基本としています(行事により変更する場合があります)。当センターでは、お米は鹿屋産のものを、パンは国産小麦を使用しています。

おかずは、地場産物や郷土料理などを取り入れ、不足しがちなカルシウムや鉄分の摂取、塩分量への配慮など心がけていきます。

