

給食だより

南部学校給食センター
令和7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5,800食
- 受配校：小学校 13校
 中学校 7校
 計 20校
- 調理員・配送員：55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 280円
 中学校 330円

(児童生徒は無償化)

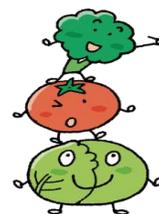


子どもたちに安全な食事を提供するため、給食の調理は、衛生面に十分配慮しています。



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、具たくさんにして具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。

