

# 中学校給食について

舞鶴市教育委員会

中学校給食が間もなく始まります。中学校給食の内容についてお知らせします。



## 学校給食の目標

学校給食は教育活動の一環として行われています。食育の観点をふまえ、7つの目標が定められ、実施されています。

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

健康の保持増進!



②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

望ましい食習慣!



③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。

社交性と協同の精神!



④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

自然の尊重!



⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

感謝の心!



⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

食文化への理解!



⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

社会のしくみを理解!



小学校も中学校も学校給食の目標は同じですが、成長段階により目指すところは違っています。

## 学校給食摂取基準

	エネルギー (Kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	食塩 相当量 (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム <目標値> (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 <目標値> (mg)	ビタミン				食物 繊維 (g)	
									A (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)		
中学生	820	30	25 ~ 30%	3未満	450	140	4	3	300	0.5	0.6	35	6.5	
小学 生	高学年	750		28	2.5 未満	400	110	4	3	200	0.5	0.5	25	6
	中学年	640		24		350	80	3	2	170	0.4	0.4	20	5
	低学年	530		20	2未満	300	70	2	2	150	0.3	0.4	20	4

体の成長に合わせて学年が上がると、給食の栄養の摂取基準量も増加しています。

# 中学校給食 Q & A

Q1 なぜ、中学校給食はスクールランチ方式なの？



A 中学校では、授業時間とクラブ活動時間の確保を考え、配膳時間が短縮できる“スクールランチ方式”で実施しています。自分で健康管理をして、成長期に必要な栄養バランスを考えて食べましょう。

Q2 なぜ、給食費が1食300円なの？

A 現在、小学校の給食の1食分は245円です。

中学校時代は成長期であり体の土台をつくる時期です。そのため、給食の栄養量は、小学生（中学年）にくらべ約1.3倍増えていますので、給食に使用する食材の種類や量も多くなります。また、国産で安心安全なもの、地場産のものをできるだけ使用するように努めていることから、給食費が1食300円となります。

Q3 給食ができるまでは小学校と違っているの？

A 中学校の給食は市の栄養士が献立を作成し、食材を市内の業者に注文しています。そして、市内の給食会社が給食を調理し、弁当箱に詰めて学校へ運びます。調理の衛生管理などは小学校の基準と同じで、違うところは、給食室が校外にあるということです。

Q4 なぜ、おかずが冷たいの？

A 家庭の弁当も熱い物は冷やして詰めますが、それは熱い物と冷たい物を一緒に入れると細菌の繁殖しやすい温度(30~40℃)になるためです。給食はたくさんの生徒の命を預かっているので、衛生管理マニュアルにそって調理を行っています。そのため、おかずは決められた温度まで下げ、食中毒防止を心がけています。汁物・ごはんは温かい物と冷たい物が混在しないので出来るだけ温かい状態で届くようにしています。

Q5 牛乳パックの片付け方は？

A 小学校と同じ方法で片付けます。パックの中に飲み残しがないように最後まで飲んで、シールをきちんと貼り付けます。洗わなくてもリサイクルできますが、ストローがささったままではリサイクルできません。ひとりひとりの心がけが大切です。きれいに片付けましょう。