

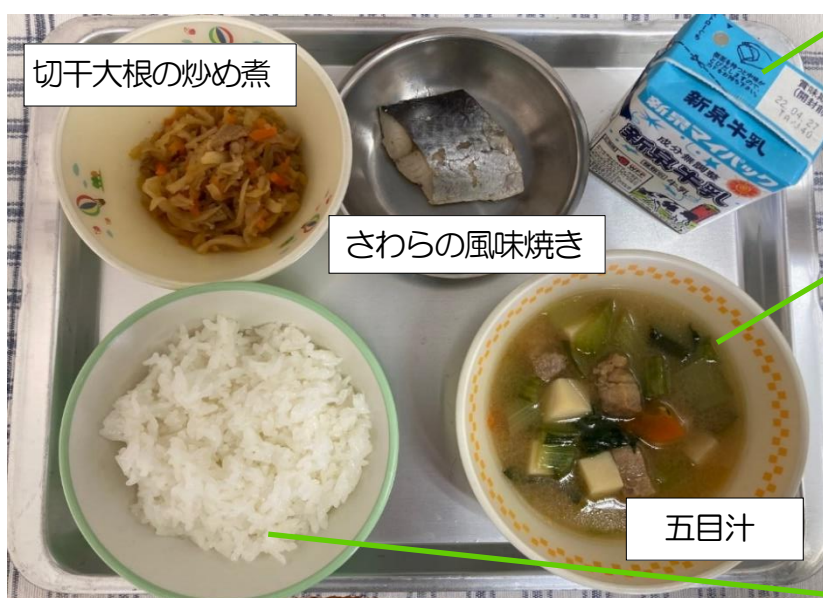
堺市の小学校給食

小学校給食は、年間約190回にわたって提供されます。

1年間に食べる昼食の回数の約半数を学校で食べるようになるため、成長期にある子どもたちの健康の保持増進と体力・運動能力の向上に大きな役割を果たしています。

食材は、堺市学校給食協会で発注し、特に安全面を考慮した条件を満たした学校給食用のものを調達しています。これらの食材を安全でおいしく食べられるよう、各小学校の給食調理場で調理しています。

【献立例】



切干大根の炒め煮

さわらの風味焼き

五目汁

献立は、栄養バランスを考えて、主食、主菜、副菜を基本として多様な食品を組み合わせて作成します。また、給食を通して様々なことを学ぶ、食育の教材となるものです。

今年度の給食は4月13日（木）から始まります。（1年生の開始日は、学校により等でご確認ください。）

学校給食のパン

<p>コッパン 学校給食の基本のパンです</p> 	<p>ミルクパン 練乳を使用した甘味のあるパンです</p> 	<p>ココアパン ココア風味の甘味のあるパンです</p> 	<p>大麦パン 大麦粉を10%使用したパンです</p> 
<p>オリープパン インド料理のナンをイメージしたパンです</p> 	<p>黒糖きなこパン 黒糖ときなこを使用したきなこ風味のパンです</p> 	<p>ミニミルクパン 練乳を加えた甘味のある少し小さめのパンです</p> 	<p>黒糖パン 砂糖の代わりに黒糖を使った甘味のあるパンです</p> 
<p>おさつパン カットさつまいもと、さつまいもペーストを使用したパンです</p> 	<p>ソフトパン コンパウンドマーガリンを使ったやわらかいパンです</p> 	<p>ミニパン・揚げパン コッパンの半分の大きさで、甘味のあるパンです。1つは揚げパンにします。</p> 	

食育クイズ!

いちごの栄養素の中で最も多く含まれているのは何でしょう。

- ① ビタミンA
- ② たんぱく質
- ③ ビタミンC



【牛乳】

日々、成長している子どもたちに必要なカルシウム、ビタミン、たんぱく質を補うために提供しています。

【おかず】

旬の食材を積極的に使用し、様々な食材を味わうことができるよう工夫しています。削り節や昆布を使った和食のだしをとり、味つけは薄味になるようにしています。

献立には、季節ごとの行事やお祝いの日食べる行事食、日本各地の郷土料理などを取り入れています。また、世界各国の料理も給食用にアレンジして取り入れています。

毎月配付している献立表に記載しているおかずの分量は、中学年(3・4年)の分量です。低学年(1・2年)は、中学年の0.8倍、高学年(5・6年)は中学年の1.2倍で提供しています。

【ごはん】

ごはんの提供はおよそ週3回です。温かいごはんが、当日、炊飯工場から届けられます。

【パン】

パンは、パン工場から届けられます。低・中・高学年で大きさが違います。種類は11種類あります。