

# 給食だより

令和7年4月  
東村山市立八坂小学校  
校長 日高 宏政  
栄養士 松田 千恵子

八坂小の給食は、栄養士1名と調理員9名で、毎日約670食の給食を作っています。調理業務は、ハーベスト株式会社に委託しています。給食のワゴンを教室まで運ぶ時などに見かけたら、気軽に声をかけて給食の感想などを聞かせてください。

## 「学校給食」は **生きた教材** です！

給食の献立は「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が作成しています。1日に必要な栄養量の3分の1程度をめやすに、カルシウムは2分の1など、家庭の食事では不足しがちな栄養素をおぎなえるように基準値が定められています。

「主食・主菜・副菜・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、世界の料理などバラエティにとんだ献立を実施します。



## 給食には、たくさんの学びが詰まっています....

栄養バランス

食品の種類  
や特徴

感謝の心

食料の生産  
・流通・消費

ふるさとの食文化

よりよい人間関係の形成

食事の喜び  
・楽しさ

世界の食文化

食に関する知識  
・理解・関心

日本の伝統行事と行事食



給食当番の活動をとおして、配膳の仕方を身に付けるだけでなく、自分から行動すること、責任をもって役割を果たすことなども学びます。

てつく たいせつ  
手作りを大切にしています



とりからスープ

ひがしむらやまし がっこうきゅうしょく そさい ちょうり  
東村山市の学校給食は、素材から調理  
する手作りの給食です。

かがくちょうみりょう ちょうりす れいとろしよくひん つか  
化学調味料や調理済みの冷凍食品は使  
わずに、和風だしは鰹節や昆布から、  
ようふう スープは鶏がらとセロリなどの香味  
やさいを、じかん 時間をかけてにこ 煮込んでつく  
っています。サラダのドレッシングやタレなどもす  
べて手作りです。地場野菜の使用も  
せっきよくてき おこな  
積極的に 行っています。



ホワイトルウ



手作りドレッシング

きゅうしょく ぎ せん たく  
給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。

きゅうしょくとうばん しゅうまつ きゅうしょく ぎ かえ  
給食当番をした週末に給食着をもち帰りますので、  
かてい せんたく  
ご家庭で洗濯とアイロンがけをして持たせてください。な  
お、ほかのお子さんも使用しますので、かお つよ せんざい  
香りの強い洗剤や  
じゅうなんざい しょう  
柔軟剤の使用はおひかえください。



おいしい きゅうしょく つと  
給食づくりに努めます。  
ねんかん  
1年間よろしくおねがいます。