

1食あたり小学生183円、中学生213円の給食づくり

# 給食はいつも子どもたちの成長を考えています。

子どもたちの健全な成長とお母さんの味に少しでも近づけるように願いながら、毎日のメニュー、そして、限られた予算の中で無駄のない運営をしている学校給食：学校給食センターでは、毎日20名の職員が朝8時30分から昼食時間まで約2時間で4,900食分を作り、市内17校の小中学校、150学校の子どもたちに給食をどけています。



給食は、児童生徒の心身の健全な発達のために一生のうちで最も大切な成長期のこの年代に給食をおとして……。①家庭の食事において不足がちな栄養素と適正な栄養量とを与え体位と体力の向上をはかる。

②児童・生徒に望ましい食事のあり方、食習慣を身につけさせる。  
③みんなが一緒に食事をする  
ことにより、児童・生徒の心をあたため、豊かにし、さらに自主的・自律的な個性をつちかい、協同協力の精神を身につけさせる。  
ことなどを目的として戦後の新しい制度として登場したものです。

## 栄養十魅力的な食事と なるように十分配慮

この給食の内容は、文部省の基準によって、子どもたち



の1日の必要な栄養量の均を取り入れるほか、現在の子どもたちに不足がちなカルシウム・ビタミンB等の微量栄養素については、1日の必要量のおよそ半分以上を取るよう

にきめられています。さらに、基準には、性別・学年・個人及び地域等の変動要因に応じて弾力的な対応を図ることとなっています。

また、全国的に貧血児が増えているため、61年2月から鉄分の補給基準も新たに設けられました。

給食の基本となる食事内容は、米飯・パン・めん・牛乳おかず(副食)ですが、栄養基準量の確保はもちろん、子どもたちにとって魅力的な食事になるよう毎日メニューを変え年間同じ食事内容にならないように配慮されています。



留萌小学校 石井祐輔くん(10)

毎日給食を食べていますが、ぼくは全部のこさずに食べています。とつてもおいしいのです。特に、カレーライスやラーメンは大好きです。これからの希望ですが、ぼくの友だちもみんな肉料理が好きなので、もっと回数をふやしてほしいです。給食のおぼさん、いつもありがとうございます。



市学校給食センター 栄養士 遠藤よしえ(23)

文部省基準を下まわらないように気をつけながら、子どもたちに喜んでもらえる給食づくりが心がけています。めんやカレーは子どもたちに喜ばれているようですが、パンや煮ものになると残ってくる量が多いみたいです。どんなメニューでも全て食べてもらおうようにガンバリます。



給食センターでは、このような基準により、毎日給食づくりをしています。特に、子どもたちの口に入るものなので、衛生面については十分に配慮をして今年の夏に他都市で発生した「食中毒」はぜつたいに出さないように気を付けています。

## 学校給食センターの朝は、大きいそがし……

学校給食センターの朝は、午前8時30分、栄養士とおぼさんたちの仕事の打合せが始まります。その後、作業に入りますが、給食は11時ごろまでにつくり終えなければなりません。1日の給食数4,900食、白衣を着たおぼさんたちは、時間とたたかいながら作業を進めます。野菜をあらう人、大きなナベでおかずをつくる人、食器を各学校別に数える人、給食センター内は戦場に一変します。11時ごろになると食欲をそそるいいにおいが充満します。そして配達から次へと各学校をめざして出発していきます。午後からの作業は、1時から各学校から食べ終わった給食や食器がもどってきます。その食器

## 保護者の負担軽減を図るため無駄のない運営

留萌の子どもたちには、給食などをつくってくれた人達への感謝する気持ちをわすれず、ほしくありません。

留萌市の父母負担の給食費は、59年に改定して以来現在まで……。

- 小学生……月額2,898円 (年間3万4,770円) 1食あたり183円
- 中学生……月額3,284円 (年間3万9,405円) 1食あたり213円

主食となる米飯・パンについては、他の都市と同様に「規格」に基づいて業者に加工委託をし、各学校に配達されています。めん類は市が指定した「規格」に基づいてつくられたものを買入れ、さらに加工して子どもたちのテーブルに乗せています。また、おかず(副食)については、材料を十分吟味し、規格以下の物は絶対に使わないという厳しい方針で調理をしています。

などであらったり、残った給食の整理、明日の準備をして4時30分にみんなは帰り、いそがしい1日が終わります。この一日を取材して、おいしく食べてもらおうと思つて作った給食が残つて帰つてきた時のおぼさんたちの顔を見てみると、残さずに食べてほしいと思ひました。

となつています。これらの父母負担の給食費は全て材料費にあてられています。給食を調理するために必要な設備や燃料費、人件費などはすべて市費でまかっています。

## 9月(19日~30日)の献立表

※牛乳(200cc)は、毎日つきます。

19 ごはん ワカメスープ 鶏肉のケチャップ煮 ミルメーク ④ふりかけ	20 天ぷらうどん ☆「えび天ぷら」をのせてたべましよう。 ④クリームコンフェ ④小型パン 豆乳プリン	21 ごはん (郷土料理) さつま汁 なめたけ ④鮭の甘塩焼 ④鮭のチーズサンド焼 (P正油)
22 ねじりパン ☆ひとあし早い十五夜です。 焼そば ④グレープフルーツゼリー ④お月見ゼリー	26 ごはん すいとん汁 ④ポテトコロッケ (Pソース) ④ココアパパロア ④タラフライ ふりかけ (Pタルソース)	27 チャンポンラーメン ④バターケーキ チーズ ④小型パン ドライソーセージ スナッキーフライ2ヶ
28 ごはん ホークボール入カレー ④お月見ゼリー ④グレープフルーツゼリー 福神漬	29 角パン シューマイスープ マリネ漬 マーガリン	30 ごはん 味噌汁 みそとんかつ ミニトマト ふりかけ ④チーズフィッシュ

④小学生用 ④中学生用

栄養価の区分	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂 %	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA IU	ビタミンB <sub>1</sub> mg	ビタミンB <sub>2</sub> mg	ビタミンC mg	食塩相当量 g
小学校 学校給食基準量	650	25.0	30%以下	300	3.2	675	0.41	0.56	22	3程度
1日の栄養所要量	717	25.6	29.0	353	3.3	707	0.47	0.59	24	3.0
中学校 学校給食基準量	820	32.0	30%以下	430	4.0	750	0.51	0.70	27	4程度
1日の栄養所要量	879	32.3	29.0	432	4.1	844	0.67	0.72	27	3.8