

ちゅうがっこうきゅうしょく に ゆ - す だい ごう 中学校給食ニュース 第1号

発行元:平塚市教育委員会
教育総務部 学校給食課
問い合わせ先:0463-35-8119(直通)



令和6年(2024年)9月から中学校で完全給食が始まります

近年では、社会環境の変化とともに食生活を取り巻く環境も大きく変化し、食生活・食習慣の乱れが大きな問題となっています。成長期にある児童・生徒にとって、心身ともに健やかな成長を維持していくためには、栄養バランスに配慮した食事を摂ることが大切です。

平塚市では、小学校で実施している「完全給食」を中学校でも実施し、小学校から中学校まで一貫して「完全給食」を提供することで、児童・生徒の成長を支えていきます。

令和6年(2024年)
8月まで

小学校
完全給食



中学校
お弁当とミルク給食



9月から

小学校・中学校
完全給食



完全給食とは?

給食内容がパン又は米飯(これらに準ずる小麦粉食品、米加工食品その他の食品を含む。)、ミルク及びおかずである給食をいいます。

ミルク給食とは?

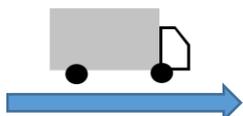
給食内容がミルク(牛乳)のみの給食をいいます。主食やおかずはご家庭でご用意いただきます。

中学校給食は新しい学校給食センターで調理します

中学校の給食は現在建設中の新しい学校給食センターで調理を行い、各校に配送する「センター方式」となります。また、給食は食缶に入れて学校に配送される「食缶方式」です。新しい学校給食センターでは、1日15,000食の給食調理をおこない、小学校・中学校へ配送をします(給食調理場がある小学校は除きます)。



学校給食センター



中学校の給食時間

各クラス「給食当番」が給食の配膳を行います(小学校と同じです)。

給食当番の服装

小学校では指定の給食用白衣・帽子を着用していますが、中学校では各自で用意したエプロンと三角巾を着用していただく予定です。

高断熱性の二重保温・保冷の食缶を使用し、「温かいものは温かく、冷たいものは冷たく」適温で美味しい給食を届けます。

「牛乳」を飲みましょう

学校給食では、児童・生徒が1日に必要な栄養量の約1/3、特に成長期に必要な量であり、ご家庭で不足しがちなカルシウムや鉄分、食物繊維は1/2量の基準値が設けられています。なかでも、学校給食における「牛乳」は、カルシウムを効率よく摂取できる重要な食品です。成長期は丈夫な体を作る大切な時期です。乳アレルギーを持っているなど、特段の事情が無い場合は、牛乳を飲みましょう。

学校給食の献立における牛乳

中学校給食1人当たりのカルシウム基準値は450mgですが、そのうち、227mgは牛乳のカルシウムです。学校給食では、多くのカルシウム量を牛乳から摂取する献立となっています。

（中学校給食の献立例）

献立	カルシウム(mg)
ごはん	5
牛乳	227
まーぼー豆腐	250
キャベツと平塚産小松菜のサラダ	59
揚げしゅうまい	8



給食で牛乳が提供される理由

カルシウムを含む食品は牛乳だけではありません。小松菜などの野菜のほか、小魚にも豊富にカルシウムは含まれ

ています。しかし、「1食分」に含まれるカルシウム量や体への吸収率を比べると、牛乳は他の食品よりも効率的にカルシウムを摂取することができます。そのため、学校給食では牛乳を取り入れています。

成長期に必要なカルシウム

成長期は骨の成長と同時に、骨量(骨に含まれるカルシウムなどのミネラルの量)を増やすことが出来る一番の時期です。成長期に多く骨量を増やしておくことで、骨粗しょう症のリスクが軽減するなど、将来の骨の健康につながります。カルシウムは骨を丈夫にすること以外にも、筋肉の収縮や出血を抑えるなどの作用があり、体内で使われています。体内でカルシウムが不足すると、私たちの体は歯や骨を分解してカルシウムを補ってしまいます。身体の成長・健康のためにも、十分なカルシウム摂取を心掛けましょう。

中学校給食ニュース発行予定のお知らせ

中学校給食ニュースでは児童・生徒・保護者の皆様へ中学校完全給食に関する情報発信を行います。令和6年度(第5号)以降の発行予定は第4号でお知らせします。

発行月	発行号	主な内容
令和5年11月頃	第2号	献立・配膳について
令和5年12月頃	第3号	食物アレルギー対応について
令和6年2月頃	第4号	給食費に関すること



平塚市ホームページでは中学校ニュース(カラー版)を掲載しています。「中学校給食ニュース」で検索!

