



令和 7年 4月 8日  
 青ヶ島村立青ヶ島小学校  
 校長 天花寺 正巳  
 栄養士 松澤 美帆

新学期が始まりました。入学・進級おめでとうございます。新しい学校、新しい学年に、児童のみなさんはワクワクドキドキしているでしょうか。そんな児童のみなさんを応援し、心も体も元気に成長できるように、今年度も「楽しく、安心・安全で、おいしい給食」を目指していきます。楽しみにしていてください。

## 4月の給食目標：協力して給食の準備をしよう

初めての給食に、緊張している児童もいるでしょうか。給食の時間には、みんなが安心して、楽しく給食を食べられるよう、学校ごとにルールが決められています。青ヶ島小学校の給食における準備の流れを確認して、みんなで協力して楽しい給食時間を作りましょう。



ランチルームに入ったら、まずは手洗い！



### 給食当番の人

当番の人は身じたくの確認をしよう！

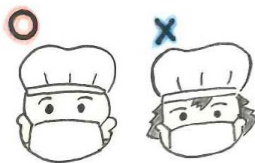
爪は短く切っているか



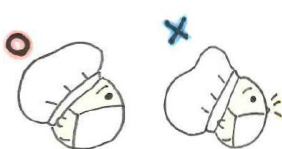
白衣はきれいか



帽子から髪の毛が出ていないか



マスクは鼻までしっかりおおっているか



### 当番以外の人

当番以外の人にも役割があります！

卓上ポップを並べる



準備ができるまで椅子に座って静かに待つ



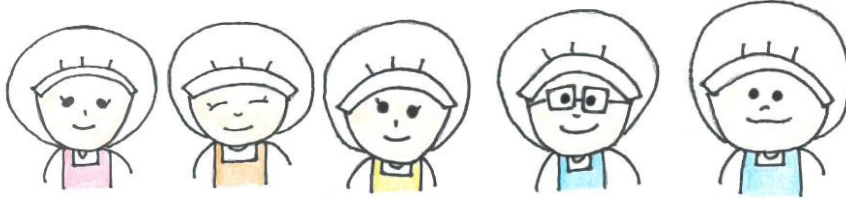
自分の分を配膳する

当番の人の分を配膳する

あおがしましょうがっこう きゅうしょく  
**青ヶ島小学校の給食**

① 給食室について

栄養士1名、調理員4名で協力して給食を作ります。



② 献立について

次の「あおがしま」を胸に日々の給食業務に取り組んでいます！

**あ** 愛情を込めて、パンやデザート、ドレッシングなど、なるべく手作りを心がけています。

**お** 多くの食材を組み合わせ、栄養価の整ったバランスの良い献立を考えています。

**が** 学校行事や日本の伝統行事に沿った献立、日本の郷土料理、世界の料理など、

バラエティに富んだメニューを提供しています。

**し** 旬の食材を積極的に取り入れ、青ヶ島でとれた食材をできるだけ使用しています。

**ま** 学びを深める、教材となり得る献立の作成に努めています。

★ 給食の栄養価について★

青ヶ島小学校の給食は、以下の学校給食摂取基準に基づいて、献立を作成しております。

区分	基準値			
	児童 (6~7歳)	児童 (8~9歳)	児童 (10~11歳)	生徒 (12~14歳)
エネルギー (kcal)	530	650	780	830
たんぱく質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13%~20%			
脂質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20%~30%			
ナトリウム (食塩相当量) (g)	1.5未満	2未満	2未満	2.5未満
カルシウム (mg)	290	350	360	450
マグネシウム (mg)	40	50	70	120
鉄 (mg)	2	3	3.5	4.5
ビタミンA (μg RAE)	160	200	240	300
ビタミンB <sub>1</sub> (mg)	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミンB <sub>2</sub> (mg)	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンC (mg)	20	25	30	35
食物繊維 (g)	4以上	4.5以上	5以上	7以上