

4月

給食だより

令和7年4月17日

東海中学校

入学・進級



令和7年度の給食が始まりました。1年生のみなさん、東海中学校の給食はいかがですか？「小学校のときより主食・おかずの量が多くなった！」という声をよく耳にしますが、中学生は体がぐんと成長する時期なので、エネルギーをしっかりとることが大切です。4月は、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校するようにしましょう。

がっこうきゅうしょく

学校給食の7つの目標

健康な体づくり



望ましい食生活のお手本に。



助け合い、協力して楽しく食べる



自然の恵みに感謝する。



働く人たちに感謝して食べる



地域の食を知り、未来に伝える



食を通して社会のしくみを知る



学校給食について

学校給食は、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、子どもの健康の保持増進、体位の向上を図っています。また、栄養補給だけでなく「生きた教材」として、給食時間はもとより、各教科や特別活動、総合的な学習の時間等において活用され、食育を増進していく上での中心的な役割を担っています。

主菜

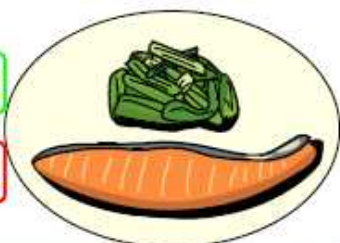
魚・肉・卵・大豆製品を使用したおかず。たんぱく質が多く、おもに体をつくるものになります。

主食

ごはん・パン・めん類など。炭水化物が多く、おもにエネルギーのもとになります。

副菜

主菜



牛乳



汁物

牛乳

成長期に多く必要とされるカルシウムが豊富です。

副菜・汁物

野菜を中心としたおかず。ビタミン・ミネラルが多く、おもに体の調子を整えます。

給食には茨城県や東海村でとれた食材がたくさん使われています

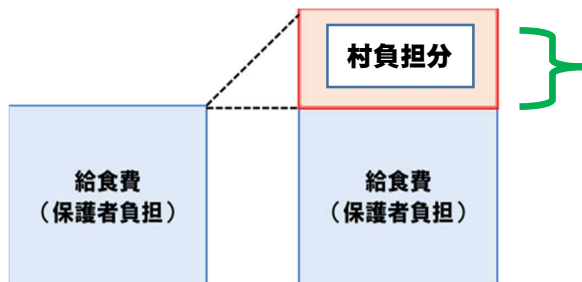
- ★ ご はん・・・東海村産「コシヒカリ」１００％使用（東海村の^{さんしょく}燦食から届きます。）
- ★ パ ン・・・茨城県産小麦粉「ゆめかおり」３０％使用（常陸太田市のぱん屋比呂樹から届きます。）
- ★ ソフトめん・・・茨城県産小麦粉「きぬの波」１００％使用（日立市の日立ソフトメンから届きます。）
- ★ 米 粉 パ ン・・・茨城県産米１００％使用（常陸太田市のぱん屋比呂樹から届きます。）
- ★ 牛 乳・・・茨城県内牧場産（水戸市のいばらく乳業から届きます。）
- ★ 野 菜 類・・・東海村や茨城県でとれるものを中心に使用
- ★ そ の 他・・・茨城県産の納豆やローズポーク等、特産品を使用



【学校給食費について】令和５年度から公会計を導入

村では、保護者の負担軽減策として、学校給食費の一部を負担しています！

- ・ 精米代金
- ・ 牛乳代金一部補助
- ・ 物価高騰分
- ・ デザート代金一部補助 等



令和７年度予算 材料費 53,959 千円

子どもたちに美味しく安心・安全な給食を提供していきます。



東海中学校の給食は調理員８名（日本ビルシステム調理員）で５７０食の給食を作ります。４月から栄養教諭が植田に変わりました。みなさんが学校生活を楽しく過ごせるよう、食の面からサポートしていきます。どうぞよろしくお願いします。

