

# 学校給食について

学校給食は、学校給食法に基づき実施されています。健康的な生活をおくるために必要な知識と習慣を身につけることが、大きな目標です。

さらに学校給食は、勤労と感謝の心や楽しい食事のしかたを学ぶこと、安全・衛生についての理解を深めることなど、さまざまな学習をする場であると設定されています。

## 給食の内容

主食（米飯またはパン）・牛乳・主菜・副菜または果物の組み合わせです。

栄養量は文部科学省が示した学校給食摂取基準を参考に給与栄養目標量を設定しています。下のような献立表を毎月配布します。家庭での食事の参考にしてください。

令和5年12月分学校給食献立表(小学校)

1 (金)		いわしのしょうが煮 みそ汁 高野どうふの煮もの
【いわしのしょうが煮】①こんぶはさっと洗い、ひたる程度の水につける。②水（こんぶのつけ汁も使用）、こんぶ、砂糖、米酢、こいくちしょうゆ、料理酒を合わせる。③いわしはミニバットに入れ、②の調味液、しょうがを加え、蒸し焼きモード、280℃で立ち上げ、調理温度250℃、30分間、焼き物機で煮る。【みそ汁】①だしこんぶ、けずりぶしでだしをとり、鶏肉、にんじん、だいこん、はくさい、じゅがいもの順に加えて煮る。②煮上がれば、赤みそ、白みそで味つけし、最後に白ねぎを加えて煮る。【高野どうふの煮もの】①だしこんぶ、けずりぶしでだしをとり、砂糖、みりん、うすくちしょうゆで味つけし、高野どうふを加えて煮きめ、最後にむきえだまめを加えて煮る。（火をきってしばらく味を含ませる）		エネルギー 557kcal たんぱく質 27.2g 脂質 13.2g 糖質 77.8g
ごはん		
牛 乳		

3ブロック(中央区、西区、大正区、浪速区、住之江区、住吉区、西成区)

●いわしのしょうが煮	
赤 いわし	34
緑 しょうが	0.8
赤 きりこんぶ(ほそ)	0.5
黄 さとう	2
こめず	0.3
こいくちしょうゆ	3.5
りょうりしゅ	0.8
みず	20
●高野どうふの煮もの	
赤 こうやどうふ	5
緑 むきえだまめ(れいとう)	5
黄 さとう	1.5
赤 けいにく	10
黄 ジャガイモ	20
緑 はくさい	35
緑 だいこん	20
緑 にんじん	10
●みそ汁	
赤 みりん	0.5
黄 うすくちしょうゆ	2
赤 だしこんぶ	0.18
赤 けずりぶし	0.67
緑 みず	45

## 主食・米飯

1週間に3回の割合で米飯が主食に出ます。

米は国産水稻うるち米1等新米を使用しています。住吉小学校の米飯はK&Kフーズに炊飯を委託しています。

## 主食・パン

1週間に2回の割合でパンが主食に出ます。

原料の小麦粉は学校給食用無漂白小麦粉を使用しています。

パンには、コッペパン・レーズンパン・黒糖パン・おさつパン・パンプキンパンの合計5種類があります。麺の献立がでるときは、パンが半量になることがあります。パン添加物には、ソフトマーガリン・バター・いちごジャム・みかんジャム・アプリコットジャム・マーマレード・ブルーベリージャムの7種類があります。

住吉小学校のパンは、K&K フーズが納品しています。

## 牛乳

紙パック入り、1本200mlの牛乳です。

住吉小学校の牛乳は、いかるが牛乳が納品しています。

## 副食

衛生管理のゆきとどいた給食調理場で、朝から調理しています。住吉小学校では、墨江丘中学校用の給食もつくりています。衛生的につくることはもちろんですが、中学校用と別の釜でつくるので、できたてのおいしい給食を食べることができます。

## 果物など

季節に応じた生の果物やヨーグルトなどが出ます。

大阪市ホームページ



大阪市の給食について、  
ホームページで確認して  
いただけます。（献立表や  
献立の写真、使用食材が  
掲載されています。）



大阪市公式LINEアカウント



学校給食の献立を  
LINEで配信します。  
登録をお願いします。

お友達登録後、  
「便利・おススメ➡  
学校給食献立受信設定」で  
3ブロック（住吉区）を  
選択してください。  
毎日の献立が配信されます。

# 食物アレルギー個別対応

医師の診断が出たら、次のような個別対応をします。(この診断は毎年必要です。)  
食物アレルギー個別対応をするにあたり、必要書類を提出していただきます。

## ① 給食調理での対応として、除去食を提供します。

除去の種類は、鶏卵・うずら卵・大豆（豆乳・むきえだまめ）です。  
給食に出る鶏卵は、中まで加熱したものを提供します。また、うずら卵は  
かたゆでになったものが出ます。(生・半熟のものは提供しません。)  
除去ができるものは、調理の最後に除去対象食品を合わせる前に取り分けておき、  
提供します。

## ② 給食調理以外での対応として次のような選択があります。

- ・牛乳提供中止
- ・パン提供中止
- ・米飯提供中止
- ・弁当持参・・・弁当の袋に名前を分かるように書いてください。  
朝、職員室に届けてください。  
弁当は食中毒防止のため職員室の冷蔵庫で保管します。  
※電子レンジによる再加熱はお断りしています。

★保護者・教職員・給食室が情報を共有するために、毎月「食物アレルギー個別対応用献立表」で確認をとります。

- ・給食を食べる ○
- ・給食を食べない ×
- ・弁当を持参する ×弁
- ・給食で用意される除去食を食べる △

といった印をつけていただきます。

※令和8年度から、システム上の登録になります。

## 栄養教諭による食教育

児童が生涯を通して食生活について自ら管理できる力を身につけさせるために、栄養教諭が発達段階に応じた食に関する授業を年間2回行っています。

### 学年別主題（2025年度実施）

1年生	しょくじのまなあをしろう	すききらいしないでたべよう
2年生	たべものはたらきをしろう	やさいについてしろう
3年生	よくかんで食べよう	カルシウムについて知ろう
4年生	魚パワーについて知ろう	大阪の食文化を知ろう
5年生	バランスのよい食事を考えよう	和食について知ろう
6年生	朝ごはんについて考えよう	中学生の食事について考えよう

## PTA 給食試食会

毎年、PTAの主催により給食試食会が行われ、保護者や地域の方々に、児童と同じ給食を食べていただいています。

学校給食の安全性や味、栄養のバランス、そして大勢の人と食べる楽しさを味わっていただきます。

2020年度からは新型コロナウイルスの影響により開催できておりませんが、再開できればぜひご参加ください。

学校給食に関するお問合せ

住吉小学校 栄養教諭：☎06-6672-6001