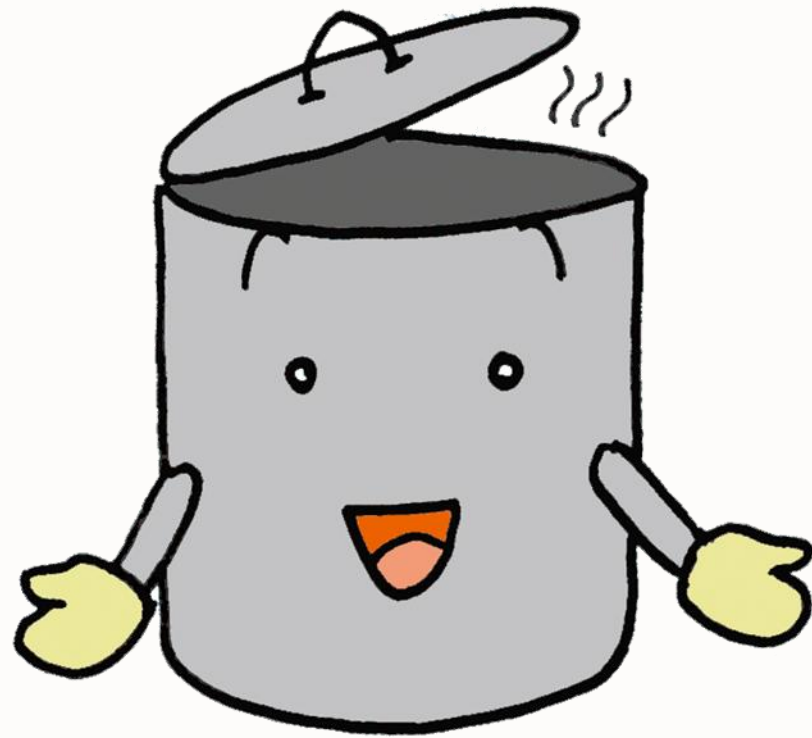


「学校給食が始まります」

～静岡市の学校給食～



しよっかんくん
(静岡市学校給食キャラクター)



○学校給食のねらい

- ① バランスよく食べ、元気な体をつくろう。(健康の保持増進)
- ② 食事に対して正しく理解しよう。(望ましい食習慣)
- ③ みんなで協力して、給食を楽しもう。(社交性と協同の心)
- ④ 多くの恵みに感謝して「いただきます」のあいさつをしよう。
(生命・自然への感謝と環境保全)
- ⑤ 多くの方に感謝して「ごちそうさま」のあいさつをしよう。
(勤労を重んじる心)
- ⑥ 昔ながらの食文化を大切にしよう。(伝統的な食文化の理解)
- ⑦ 給食がとどくまでの道のりを知ろう。
(生産、流通、消費についての理解)

※国から出されている学校給食法の7つの目標をわかりやすく表現しています。

この「静岡市給食ガイド」は市内小中学校に通う
お子さまと保護者のみなさまに、学校給食を知って
いただくために作りました。

ぜひお子さまと一緒に読みください。



○給食提供までの流れ



○献立委員会の開催(教育委員会)
保護者や学校の意見を取り入れつ
つ、献立や方針を決定します。



○献立の作成（栄養教諭等）
栄養、安全、季節、子どもた
ちの嗜好等をふまえて献立を
作ります。



○食材の選定・注文
各調理場の栄養教諭等が安全
で品質のよい食品を選びます。
食数に合わせて発注します。



○食材の確認・洗浄
調理場に食材が運ばれ、産地、
鮮度、数量などを確認します。
野菜は3回洗います。



○給食の調理
衛生面に配慮しながら、おいしく出来
上がるよう、工夫をして調理します。



○給食室・配膳室
子どもたちの手に渡る前の最
終確認です。



○給食の時間
給食当番は給食室・配膳室に並んで
給食を取りに行き、協力して運びます。



○明日にそなえて
食器や食缶、調理器具などはすべ
て消毒して、明日の給食でも清潔
に使用できるようにします。



○洗浄
使った食器、食缶など
をきれいに洗います。



○後片付け・残飯の処理
食器の片づけをします。
残ったものは処分されます。



○ごちそうさまでした
食事にかかわる多くの人々に
感謝の気持ちをこめてみんな
そろってあいさつをします。



○喫食
食べる時間15分～20分ほどです。
喫食時には担任や栄養教諭等が指導
します。



○いただきます
自然の恵みに感謝して、みんな
そろってあいさつをします。



○配食
給食当番が盛り付けます。
※分量は、個に応じて調整します。



詳しくは「[給食ができるまで](#)」
をご覧ください！



○学校給食の内容

<主食>

- ・麦ご飯、炊き込みご飯、
食パン、ソフト麺など
様々な種類があります。

<おかず（主菜や副菜）>

- ・肉や魚、卵、大豆製品などの主菜と野菜中心
の副菜を組み合わせます。
- ・和風・洋風・中華風など様々です。

<牛乳>

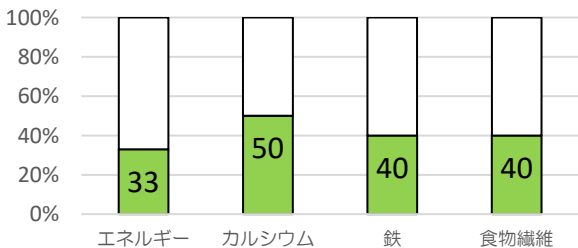
- ・成長期のカルシウム補給のため
毎日1本（200ml）つきます。
- ※牛乳業者から配送



主食は業者から配送しています！
※ご飯を調理している
施設もあります。

チーズ、ふりかけ、デザート
などを、栄養面、献立の組み
合わせに応じて提供します。

1日の食事摂取基準に対する学校給食の割合
（8～9歳の場合）
＊エネルギーと主な栄養素を抜粋



＊学校給食では、成長期のお子さまに不足しがちな
栄養素（カルシウムや鉄、食物繊維など）が積極的
にとれるように配慮し、提供しています。

- ・学校給食摂取基準
学校給食で提供する食事内容については、お子さ
まの健全な成長のために適切な栄養量を確保でき
るよう努めています。
詳細は「令和7年度 [食事to健康](#)」をご覧ください。

- ・主食の量
年齢に合わせて、必要なエネルギー量が
変わるため、学年ごと主食量も調整しています。

○給食回数について

年間予定回数 **180回**（市内全小中学校統一）

- ・給食実施日は、学校ごと異なります。
- ・入院などの理由により長期に学校を休む場合は、給食を止めることが
できます。（止めるまでに規定の日数が必要）



○給食費について（令和7年度から公会計化を実施）

- ・令和7年度までは給食費を保護者と公費で負担しています。
- ・令和8年度以降については、国による「学校給食費の抜本的な負担軽減」を踏まえた
対応を検討中です。


- ・小学校の給食費（材料費）の内訳
（参考：令和7年度）



※給食費には人件費、光熱費等を含みません。

○献立表について

毎月家庭に配られる献立表を活用するとお子さまが食べている給食がよくわかります。
※献立表参考例（様式は学校により異なります。）

日 (曜)	献立	主に体を作る	主に体の調子を整える	主に力や熱のもとになる	一ロメモ
3日 (火)	米飯			米	 食材が3つの食材群に バランス良く わかれているね！ 一ロメモでは ★行事食 ★食品の栄養 など 様々な話題を紹介します。
	牛乳	牛乳			
	肉じゃが	豚肉	たまねぎ、人参、筍、 しいたけ・・・	じゃがいも、 砂糖・・・	
	おひたし	さくらえび、 しらす	ほうれん草、キャベ ツ		
	みかん		みかん		

どの料理にどんな食材が使われているのかが分かります。



献立表は毎月月末ごろ
学校給食ウェブサイト
「[今月の献立表](#)」に掲
載しています！

○地産地消の取り組みについて

【ふるさと給食の日・ふるさと給食週間】

毎月1回以上「ふるさと給食の日」を設け、
県内産の食材や、よく食べられている料理を積
極的に献立に取り入れています。
また、6月と11月の各5日間を「ふるさと給
食週間」とし地元の食文化に親しんでもらえる
ような料理を提供しています。



ふるさと給食の例
・ごはん
・牛乳
・静岡おでん
・ごま和え
・パイナップル缶

○食物アレルギーについて

学校給食では、食物アレルギーを持つ児童・生徒にも、他の児童・生徒と同様に給食時間を楽しめるように配慮
しています。アレルギー対応の方法として、**詳細献立表での対応**や**除去食**での対応があります。

【詳細献立表での対応】

給食の原材料を詳細に記した献立表（詳細献立表）を、
希望した保護者へ事前に配付し、医師の診断を基に家
庭で給食喫食の判断を行います。食べられないものにつ
いては、家庭から代わりのものを持参していただきま
す。

【除去食での対応】（※右記給食センターのみ）

調理過程で原因食物を除いて調理し提供します。
ただし、原因食物が主原料となる場合や、除去して調
理することができない場合は家庭から代わりのものを
持参していただきます。（米飯、パン、めん類などの
主食は除去食対応の対象外となります。）

【家庭からの弁当持参での対応】

詳細献立表や除去食で対応できない場合は、給食の提
供を中止し、家庭から弁当を持参することもできます。

※食物アレルギー対応食（除去食）の提供を行っている給食センター

給食センター名	静岡市の対応品目
門屋学校給食センター	卵・小麦・乳・えび・かに いか・牛肉・サバ・大豆・ 鶏肉・バナナ・豚肉・桃・ りんご・ゼラチン
中吉田学校給食センター	
西島学校給食センター	
丸子学校給食センター	
藁科学校給食センター	
両河内学校給食センター	

- 食物アレルギー対応に関する詳細情報や申込み方法、提供方法
等については、静岡市学校給食ウェブサイト「[食物アレルギー
対応について](#)」をご覧ください。
- 単独調理校については、各学校へお問い合わせください。

学校給食ウェブサイトについて

学校給食に関する様々な情報を発信しています。



[しよっかんくんひろば](#)

- 「給食タイムトラベル」：給食の歴史について紹介
- 「しずおかたべものまっぷ」地場産物の紹介
- 「おしえて！しよっかんくん！」
視覚的に楽しい食育コンテンツ



[しよっかんくんの旅](#)

食材・献立・調理など給食に関わる人たち
からの情報をブログ形式で発信していきます。



「環境おうえん給食」お米
編
2024.12.17



静岡市で作られているしい
たけ！
2024.12.17



[みんなの給食レシピ](#)

人気の給食レシピを家庭向けに
公開しています。



カミカミカレー



ドライカレー



インド仕立ての
ドライカレー



あげぼん



給食で使用した市内産食材を紹介するYouTube動画を作成し、プロ
グにURLを貼り付けています。
今後も新たな取り組みに、積極的にチャレンジしていきます☆

☆入学前に見ておこう！



よくかんで命を守ろう

●再生時間：2分44秒

●概要：令和6年2月に発生した、学校給食におけるうずらの卵による
窒息事故を受け、よく噛んで食べることが、自分の命を守ることに繋がるこ
とを確認する動画です。

YouTube



https://youtu.be/Pm-ul_pCiHs



食事のマナー名人を目指そう！～姿勢編～

●再生時間：1分20秒

●概要：食事のときの姿勢を良くするポイントをまとめた
動画です。

YouTube

<https://www.youtube.com/watch?v=ifL6zLmzuAs>