

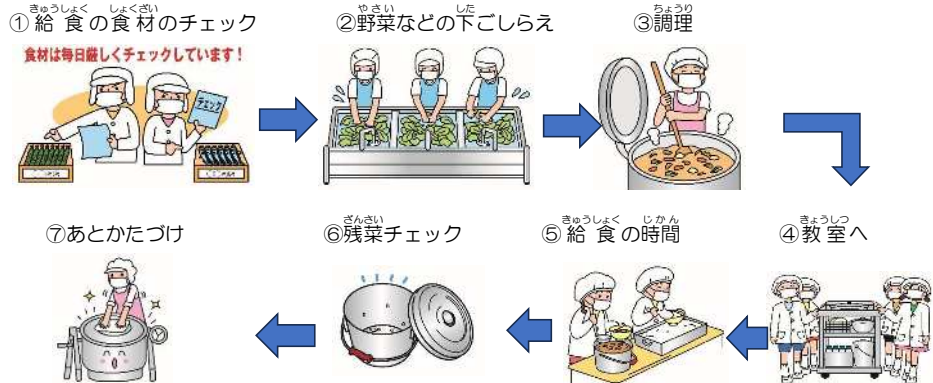
4月 もぐもぐパクパク

令和8年4月13日 海老名市教育委員会「食育のおたより」No.53

この食育のおたよりは、海老名市教育委員会が小中学校の保護者の皆様に向けて作成しているものです。年間を通して、子どもたちが食への興味を深めることや、自身の健康な体をつくる方法を知る機会を提供することを目的として月1回配信していきます。

海老名市の学校給食について紹介します

【学校給食の1日】



【給食配送トラック紹介】

中学校給食の配送トラックにはえび〜にゃのイラストが描かれています。さがしてみてください。



「YouTube見てみてください」
小学校は「海老名市食の創造館」
で、中学校は「海老名市食の創造館
別館」で給食が作られている調理
や配送の様子を《海老名市公式
YouTube》に公開しています。
海老名市学校給食と検索
して、ぜひご覧ください。

安全・安心でおいしい給食を食べ
てもらえるように、たくさんの人たち
が協力して給食を作り、学校へ届
けています。
宗教や食物アレルギーの関係な
どで同じ給食を食べられない人も
います。お互いを理解しあって楽しい
給食の時間をすごしましょう。



【海老名市の学校給食】

中学校給食は令和6年4月9日に始まり3年目に入りました。海老名の子供たちは、小学1年生から中学3年生までの9年間約1600回給食を食べることになります。学校給食を通して、食の大切さを学び生涯にわたって健康な食生活を送ることが出来るように願って作っています。

海老名の子供たち、ひとりひとりの「おいしい笑顔」のために魅力ある給食の提供に職員一同努めてまいります。

・小学校給食



・中学校給食 4月8日



【学校給食献立について】

学校給食は、文部科学省が定めた「学校給食摂取基準」をもとに「行事食や食文化」「地産産物」「季節の食材」などを取り入れて献立を作っています。また子どもたちの成長に合わせて嗜好なども考慮し、小学校と中学校で量だけでなく味付けなども変えています。

毎月の「給食献立表」は、献立ごとに、食材の持つ働きの違いで3つのグループに分けています。栄養価は「エネルギー」「たんぱく質」「脂質」「食塩相当量」を記載しています。

近年海老名市において、くるみ、カシューナッツなどの木の実類を原因とする食物アレルギーの児童・生徒が増加しております。また、誤食した際の重症化リスクが高いことなどから、「そば・落花生（ピーナッツ）」に加え、令和8年4月より「くるみ・カシューナッツ」も学校給食で使用しないこととなりました。ご理解いただきますようよろしくお願い申し上げます。

【学校給食摂取基準】

学校給食摂取基準は、食事の摂取状況などを調査し、昼食として給食で摂取することが望ましい栄養量を算出したものです。そのため、おおよそ1日に必要な栄養量の1/3を基準としています。日常生活で不足することの多い、カルシウム、鉄分、食物せんいや一部のビタミン類は、1日に必要とされる量の40%~50%が基準とされています。

それぞれの栄養素などについて、1年を通して“もぐもぐパクパク”で説明していきます。

区分	エネルギー kcal	たんぱく質 ※1 g	脂質 ※2 g	ナトリウム (食塩相当量) g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	
							A μgRAE	B ₁ mg	B ₂ mg	C mg		
小学校	低学年	530	17.2~ 26.5	11.8~ 17.7	1.5未満	290	2	160	0.3	0.4	20	4以上
	中学年	650	21.1~ 32.5	14.4~ 21.7	2未満	350	3	200	0.4	0.4	25	4.5以上
	高学年	780	25.4~ 39.0	17.3~ 26.0	2未満	360	3.5	240	0.5	0.5	30	5以上
中学校 1年生 ~3年生	830	27.0~ 41.5	18.4~ 27.7	2.5未満	450	4.5	300	0.5	0.6	35	7以上	

※1 たんぱく質の値は、学校給食による摂取エネルギー全体の13~20%です。摂取基準のエネルギー量をもとに算出しました。
※2 脂質の値は、学校給食による摂取エネルギー全体の20~30%です。摂取基準のエネルギー量をもとに算出しました。
※ 毎月お届する「小学校給食献立表」は、小学3、4年生の栄養価を記載しています。