

平成27年度第2回佐久市学校給食望月センター献立委員会会議次第

日 時：平成28年1月26日（火）
午後0時30分～

場 所：佐久市学校給食望月センター 2階会議室

【給食試食会】

1. 開 会

2. 委員長あいさつ

3. 会 議 事 項
 - (1) 平成27年度の献立について

 - (2) そ の 他

4. 閉 会

1 学校給食摂取基準の概要

(1)「学校給食摂取基準」については、別表にそれぞれ掲げる基準によること。

(2)「学校給食摂取基準」については、厚生労働省が定める「日本人の食事摂取基準(以下「食事摂取基準」という。)(2010年版)」を参考とし、その考え方を踏まえるとともに、文部科学省が平成19年度に行った「児童生徒の食生活等の実態調査」(以下「食生活等実態調査」という。)や独立行政法人日本スポーツ振興センターが行った「平成19年度児童生徒の食事状況等調査」(以下「食事状況調査」という。)等の結果を勘案し、児童及び生徒(以下「児童生徒」という。)の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出したものである。したがって、本基準は児童生徒の1人1回当たりの全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、個々の児童生徒の健康状態及び生活活動の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に適用すること。

《児童又は生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準》

(「学校給食実施基準の一部改正について」別表)

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	530kcal	640kcal	750kcal	820kcal
たんぱく質	20 g	24 g	28 g	30 g
範囲*1	16~26 g	18~32 g	22~38 g	25~40 g
脂質	学校給食による摂取エネルギー全体の25~30%			
ナトリウム (食塩相当量)	2 g 未満	2.5 g 未満	2.5 g 未満	3 g 未満
カルシウム	300mg	350mg	400mg	450mg
鉄	2 mg	3 mg	4 mg	4 mg
ビタミンA	150 μgRE	170 μgRE	200 μgRE	300 μgRE
ビタミンB ₁	0.3mg	0.4mg	0.5mg	0.5mg
ビタミンB ₂	0.4mg	0.4mg	0.5mg	0.6mg
ビタミンC	20mg	20mg	25mg	35mg
食物繊維	4 g	5 g	6 g	6.5 g

(注) 1 表に掲げるもののほは、次に掲げるものについてもそれぞれ示した摂取について配慮すること。

マグネシウム…児童(6~7歳)70mg、児童(8~9歳)80mg、児童(10~11歳)110mg、生徒(12~14歳)140mg

亜鉛…児童(6~7歳)2mg、児童(8~9歳)2mg、児童(10~11歳)3mg、生徒(12~14歳)3mg

2 この摂取基準は、全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用すること。

*1 範囲…示した値の範囲内に納めることが望ましい範囲

平成27年度 学校給食栄養価表 小学校

栄養所要量の基準と平均摂取栄養量																
区 分	基準値	平均値	充足率	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
				エネルギー	Kcal	640	664	104%	669	690	648	656	647	655	673	651
たんぱく質	g	24.0	27.6	115%	26.8	27.5	27.9	28.6	25.2	27.2	27.3	27.1	27.3	28.7	29.7	0
脂質	g	—	21.1	96%	21.8	20.6	21.4	20.4	20.7	21.0	22.4	19.7	21.7	22.0	20.0	0.0
	%	25~30%	28.6%	—	29.0%	28.9%	29.7%	28.0%	28.8%	28.9%	30.0%	27.2%	29.1%	29.3%	27.0%	
ナトリウム(食塩相当量)	g	2.5	2.9	116%	3.0	3.1	2.8	3.0	3.0	2.8	3.0	2.7	2.8	2.8	2.8	0.0
カルシウム	mg	350	350	100%	354	346	350	354	349	333	359	341	357	339	366	0
マグネシウム	mg	80	94	118%	89	93	96	92	92	90	94	95	97	98	103	0
亜鉛	mg	2.0	2.4	120%	2.7	2.5	2.6	2.2	2.3	2.3	2.4	2.3	2.4	2.5	2.5	0
鉄	mg	3.0	3.0	100%	2.3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0
ビタミンA	μgRE	170	317	186%	201	292	454	284	312	338	312	324	340	347	282	0
ビタミンB1	mg	0.40	0.60	150%	0.48	0.7	0.82	0.75	0.61	0.61	0.55	0.55	0.57	0.57	0.63	0
ビタミンB2	mg	0.40	0.61	153%	0.51	0.64	0.65	0.63	0.58	0.62	0.62	0.57	0.63	0.59	0.62	0
ビタミンC	mg	20	32	160%	22	37	35	32	35	29	28	31	37	35	32	0
食物繊維	g	5.0	4.9	98%	4.5	5	4.9	4.2	4.9	4.8	5.5	4.9	5.1	4.7	4.9	0

平成27年度 学校給食栄養価表 中学校

栄養所要量の基準と平均摂取栄養量																
区 分	基準値	平均値	充足率	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
				エネルギー	Kcal	820	808	99%	805	812	807	802	802	817	816	806
たんぱく質	g	30.0	33.3	111%	31.6	32.6	34.3	34.6	30.4	34.1	32.8	33.6	32.7	34	36.9	0
脂質	g	—	25.4	91%	24.8	24.5	27.2	25.4	25.7	25.8	25.3	24.9	25.9	25.9	23.5	0.0
	%	25~30%	28.3%	—	28.0%	27.2%	30.3%	28.5%	28.8%	28.4%	27.9%	27.8%	28.9%	28.7%	26.3%	
ナトリウム(食塩相当量)	g	3.0	3.6	120%	3.6	3.6	3.6	3.7	3.8	3.6	3.7	3.4	3.6	3.5	3.5	0.0
カルシウム	mg	450	382	85%	382	369	387	388	377	372	385	380	390	366	401	0
マグネシウム	mg	140	115	82%	105	111	120	113	111	115	116	117	117	113	124	0
亜鉛	mg	3.0	3.1	103%	3.2	3.2	3.6	2.8	2.9	3.1	3.3	3	3.1	3.1	3.2	0
鉄	mg	4.0	4.0	100%	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	0
ビタミンA	μgRE	300	391	130%	226	350	609	358	377	441	378	400	402	417	340	0
ビタミンB1	mg	0.50	0.74	148%	0.59	0.81	0.8	0.75	0.77	0.8	0.71	0.71	0.72	0.7	0.78	0
ビタミンB2	mg	0.60	0.69	115%	0.56	0.68	0.79	0.7	0.67	0.75	0.7	0.66	0.73	0.68	0.71	0
ビタミンC	mg	35	41	117%	25	44	47	41	44	44	37	40	47	42	41	0
食物繊維	g	6.5	6.1	94%	5.4	6	6.5	5.3	6.2	6.6	6.9	6.2	6.3	6	6.2	0

27年度【地域食材】		じゃがいも	キャベツ	白菜	ほうれん草	にんじん	玉ねぎ	長ねぎ	にんにく	大根	かぼちゃ	ミニトマト
4月	米 大豆 なめこ 卵											
5月	米 大豆 なめこ 卵											ふき
6月	米 大豆 なめこ 卵											
7月	米 大豆 なめこ	*	*				*	*	*	*	*	レタス きゅうり 紫玉ねぎ
8月	米 大豆 なめこ	*	*				*	*	*	*	*	なす スズキーニ
9月	米 大豆 なめこ	*	*				*	*	*	*	*	夕顔 スズキーニ いんげん
10月	米 大豆 なめこ	*	*			*	*	*	*	*	*	ヤーコン
11月	米 大豆 なめこ	*	*			*	*	*	*	*	*	青豆
12月	米 大豆 なめこ	*	*			*	*	*	*	*	*	青豆
1月	米 大豆					*						青豆 きび
2月	米 大豆					*						青豆 紫黒米
3月	米 大豆											

【月給食目標】	【行事食】	【旬の食材など】	【お楽しみ献立】	【その他】
給食の決まりを守り、楽しい食事をしよう	入学お祝い献立 春をあげよう献立	春キャベツ うど 鰯 粕餅		
食べ物の動きを知ろう	こどもの日献立	ふき アスパラ 菊 生若布 鰯	中学2年1組希望献立	佐久市産米粉パン(5月～3月)
朝ごはんの大切さを知ろう	食育月間	トビウオ 鰯 レタス アスパラ メロン さくらんぼ ひわ	中学2年2組希望献立	びんびんキラリ食
バランスの良い食事をしよう	七夕献立 丑の日献立	ズッキーニ レタス 鰯 きゅうり	小学校6年1組希望献立 小学校6年2組希望献立	小学校 保護者試食会(1年生7/3 4年生7/2) 夏野菜カレー 夏野菜のカップ焼き
規則正しい食事をしよう		ミニトマト ズッキーニ きゅうり	小学校6年3組希望献立	
食事と運動について考えよう	お月見献立	小鮎 夕顔 かぼちゃ じゃが芋 いんげん ブルーン	中学1年1組希望献立	郷土料理:小鮎の甘露煮
好き嫌いせず何でも食べよう	秋の日献立 ハロウィンの献立	栗 さんま きのこ りんご	中学1年2組希望献立	びんびんキラリ食 りんごジャム アップルパイ 吹き寄せごはん
感謝して食べよう		りんご ヤーコン 柿 さつま芋	中学2年3組希望献立	郷土料理:おにごじ
健康に良い食べ方をしよう	冬の献立 クリスマス献立	りんご にじます れんこん	中学3年2組希望献立	地域食材:にじますのから揚げ びんびんキラリ食
寒さに負けない食事をしよう	七草献立	鮭 酒粕 れんこん 梅 青豆	中学3年1組希望献立	地域食材:佐久郷のかば焼き 信州サーモンのみじ焼き
寒さに負けない食事をしよう	節分献立	矢島の凍豆腐 ぶり いわし	中学3年3組希望献立	地域食材:矢島の凍豆腐 びんびんキラリ食
1年間の食生活を振り返ろう	バレンタインの献立 ひな祭り献立 卒業お祝い献立	桜餅 ちらし寿司 いよかん 菜の花 お赤飯	佐久市合併記念献立	

※佐久市産米粉パン:補助金有り(佐久市5回 JA佐久浅間3回)

27年度残量調査 (集計)

月	小学校	中学校	合計	月毎の1日当たり残量	
				小学校	中学校
4月	169	81	250	9.4	4.5
5月	273	96	369	15.1	6.0
6月	286	100	385	13.6	5.2
7月	225	117	342	12.5	6.1
8月	101	41	142	12.6	5.1
9月	185	91	275	10.3	5.3
10月	184	105	289	10.2	5.5
11月	174	81	255	9.1	4.3
12月	203	78	280	10.7	4.3
1月	57	40	97	6.3	4.0
2月	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!
3月	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!
合計	1854	828	2682		
1日平均残量	11.2	5.1			
26年度平均残量	8.8	6.1			