



あたら がつねん せいかつ  
**新しい学年での生活がスタートしました！**

## 学校給食 について



学校給食は、学校で食べる「食事」ということだけでなく、栄養バ  
ランスのとれた豊かな食事で、成長期にある子どもたちの健康の増進を図る  
役割があります。また、食に対する正しい知識や、食事のマナーなどの  
社会性を学んだりする時間でもあります。

### 副菜

野菜を中心にし  
たもの。ビタミン、ミネラ  
ルが多く、主に体の調子を  
整えます。



### 主食

ごはん、パン、  
めん類などです。炭水化物  
が多く、主にエネルギーの  
もとになります。赤飯やお  
こわもあります。



### 牛乳

成長期に必要な  
カルシウムやたんぱく質  
がたくさん含まれた大切  
な栄養源です。



### 主菜

魚、肉、卵、  
大豆製品などです。たん  
ぱく質が多く、主に身体  
をつくるもとに  
なります。



## ※給食費（1食）

小学生低学年	259円
中学年	261円
高学年	263円
中学生	308円



食器は、茶碗、汁椀、お皿、  
ランチ皿、丼の5種類です。箸  
やスプーンは各自、持参して  
ください。



## 地場産食材について

学校給食センターでは、名寄産の食材を積極的に使用してい  
ます。今年度も使用する地場産食材について毎月の献立表でお知  
らせしていきます。給食を通して、名寄で作られている食材に  
ついて知ってもらい、自然の恵みや生産者の方々への感謝の心  
をもってほしいと思います。

アスパラ	5~6月	白菜	9~12月
ピーマン	6~10月	大根	10~11月
きゅうり	7~10月	長ねぎ	7~12月
メロン	8月	玉ねぎ	9~3月
レタス	7~8月	じゃがいも	9~12月
ミニトマト	8~9月	ズッキーニ	8月
キャベツ	8~11月	寒締め ほうれん草	1~2月

年間を通して使用する地場産食材  
米、もち米、パン用小麦粉、ひまわり油、かぼちゃ、もやし、しいたけ、  
とうもろこし、作りみそ、豆腐、油揚げ



## ~地場産食材を納品して下さっている 納入業者さん~

- ◇お米：風連有機農業倶楽部・風連有機生産組合
- ◇もち米：JA道北なよろ ◇赤飯・餅：名寄菓子商組合
- ◇麺：豊岡製麺 ◇すりみ製品：えびす食品
- ◇作りみそ：カントリーママクラブ・ふうれん太郎
- ◇焼き豆腐：とうふの藤井
- ◇豆腐・油揚げ・しいたけ：名寄丘の上学園
- ◇もやし：坂本食品
- ◇ひまわり油：ひまわり工房
- ◇冷凍カットかぼちゃ・冷凍ホールコーン：樋口醸造店