



いただきます！

令和8年度
会津若松学校給食センター



ご入学、ご進級おめでとうございます



新年度が始まりました。学校給食を通して、子どもたちの健康保持増進や望ましい食習慣の確立、郷土食や行事食などを通じた食文化の伝承、食べる力、郷土愛、感謝の心の育成をめざします。会津若松学校給食センター職員一同丸となり、衛生的にかつ心を込めて給食を作ります。今年度、どうぞよろしくお願いいたします。

《給食センターの概要》

職員紹介

- ① 事務室 所長 1名
栄養教諭 1名
副主任栄養技師 1名
- ② 調理室 委託事業者 (株) ニッコトラスト
調理従事員 25名
- ③ 配送 委託事業者 (株) ニッコトラスト
(株) 会津通運 配送員 6名
- ④ 受配校 鶴城小学校、行仁小学校
第一中学校、第二中学校
第三中学校、一箕中学校



給食について

- ① 年間回数 小学校：185回
中学校：168～175回
- ② 主食の形態
ごはん…週3～4回（月、火、金、第一・第三水曜日）
パン…週0.5回（第2・第四水曜日）
めん…週1回（木曜日）
- ③ 米…会津産コシヒカリ（12月より新米の予定）
・小学校のごはんは、林製パン店で炊飯
・中学校のごはんは、金子製パン店で炊飯
- ④ 牛乳…（新年度より）酪王乳業
- ⑤ 給食1食あたりの金額 小学校：379円
中学校：440円



小学校児童の給食費の無償化について

会津若松市では、学校給食費の負担軽減を通じた子育て支援として、2026年4月分からの小学生の給食費無償化を実施しています。1食あたり379円です。
中学生の給食費は、1食あたり440円ですが、そのうち食材価格上昇分についての90円を市で支援し、保護者の負担軽減として実施しています。負担額は350円のまま据え置きです。

栄養量について

- ◎ 学校給食では、1日に必要な栄養量の1/3がとれるようになっています。
（ただし、不足しがちな栄養素は1/3以上とれるようになっているものもあります。）
残りの2/3は家庭の食事にゆだねられています。
- ◎ 1回の食事や1日の食事を大切に考えていきたいと思っておりますので、おうちでの食事についても引き続き、ご配慮くださいますようお願いいたします。

基本は、
主食＋主菜＋副菜＋汁物＋牛乳
です。



学校給食は「昼食」としての役割の他に、教育活動としても実施されています。また、農業、環境、地域経済などにも社会と密接に関係しています。健康に関する内容はもちろん、献立表でのお知らせや各学校への給食時間の放送資料などを通して子どもたちの関心や理解が深まるように工夫します。

学校給食の栄養

文部科学省が児童の身長体重等の状況を踏まえた基準を策定

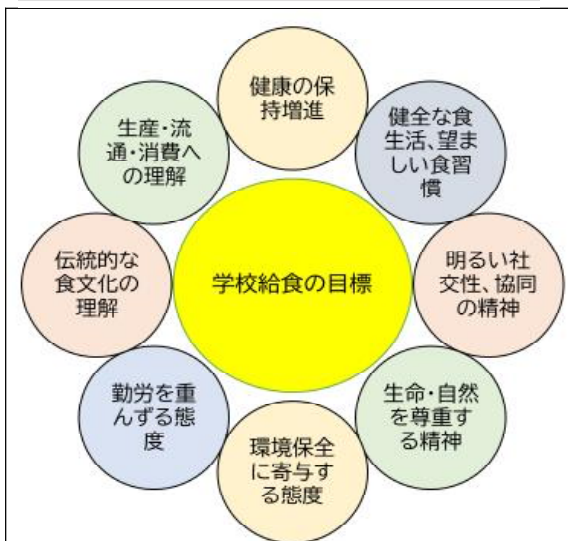
【小学生の学校給食実施基準：低学年6～7歳】〈1食あたり〉

エネルギー (kcal)	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	カルシウム [mg]	マグネシウム [mg]	鉄 [mg]	ビタミンA [μgRAE]	ビタミンB1 [mg]	ビタミンB2 [mg]	ビタミンC [mg]	ナトリウム (食塩相当量) [g]	食物繊維 [g]
530	17～27	12～18	290	40	2.0	160	0.3	0.4	20	1.5未満	4.0以上

【中学生の学校給食実施基準：生徒12～14歳】〈1食あたり〉

エネルギー (kcal)	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	カルシウム [mg]	マグネシウム [mg]	鉄 [mg]	ビタミンA [μgRAE]	ビタミンB1 [mg]	ビタミンB2 [mg]	ビタミンC [mg]	ナトリウム (食塩相当量) [g]	食物繊維 [g]
830	27～40	18～27	450	120	4.0	300	0.5	0.6	30	2.5未満	6.5以上

学校給食の目標



学校給食でも心身は成長します



給食当番さん、よろしくをお願いします

給食を学級のみんなでおいしく楽しく食べるためには、給食当番や当番以外の人、全員の協力が大切です。手洗いや身支度配膳も衛生的に行えるよう十分に気をつけましょう。



トイレをすませて、手をせっけんできれいに洗ってから着替える。白衣を着てトイレに行ってははいけません。



白衣がきれいか確認し、ぼうしの中に髪をしっかりと入れてかぶります。長い髪の方はゴムやピンでまとめましょう。



鼻と口をしっかりとおおうようにしてマスクをつけましょう。



食器や食缶は丁寧に運びます。重いものは2人で持ちます。運ぶ途中で床などに置いてはいけません。



汁ものなどはよくかきまぜてみんなが同じになるようにします。こぼさないように丁寧に配りましょう。

◆給食当番以外の人◆

☐ 机の上をきちんと片付けましたか？

☐ 窓を開けて教室の換気をしましたか？

☐ 教室はきれいになっていますか？
(ごみなどは拾いましょう)

☐ 手洗いをし、清潔なハンカチで手をふきましたか？

☐ 配膳のとき、きちんと列をつくっていますか？

☐ よそってもらうとき、おしゃべりなどしていませんか？



おかず配膳時の工夫について

例えば、

8人分	8人分
32人分のサラダは4等分などにしてから均等に分ける	
8人分	8人分

おかずを配膳する時、一人1こや2こなどの数物は分けやすいですね。反対にサラダなどを均等にぴったり分けすることは、なかなか大変です。配膳時間ロスを防ぐ工夫は、全体を大きく4等分や8等分に仕切り、分けた1等分を人数に応じてわけると過不足なく配膳できます。例えば、32人学級の場合、おかずを4等分し、その1等分をまた8人分に分けるという具合です。学級の人数に応じて工夫をしてみてくださいね。

おかずを大きく等分に仕切って分けるのがうまく分けきるコツです。

