



きゅう しょく

給食だより

令和7年度
宮城県立石巻支援学校

ご入学・御進級おめでとうございます。児童・生徒のみなさんが元気に楽しく学校生活を送ることができるよう、栄養満点
でおいしい給食を届けていきたいと思ひます。給食だよりでは、学校での食育や食に関する情報についてお知らせしま
す。毎月配布される献立表や給食だよりを、ぜひお子さんと一緒に御覧ください。どうぞよろしくお祈ひします。

きゅうしょく

給食がはじまります



本校は自校式です。6人の調理員
さんが厨房で調理して提供します。



1食単価

小学部 380 円 / 中学部・高等部 420 円

主 食

ごはん：(月) (水) (木) (金)

宮城県産のひとめばれ一等米です。わかめご
はんなどの変わりごはんの日もあります。

パン・麺：隔週 (火)

パンの原料の小麦は国産100% (うち 50%
が宮城県産) です。麺はうどんやラーメン、
スパゲティなどが出ます。

お か ず・デ ザ ー ト

主菜・副菜・汁物が基本です。果物やゼリー
などのデザートがつくこともあります。

牛 乳

毎日つきます。成長期に欠かせないたんぱく
質やカルシウムを効率よくとることが
できます。(1パック200mL)

学校給食には健康の保持増進に加え、望ましい食習慣を身に付ける
ための教材としての役割があります。

安心安全で栄養バランスのとれた献立

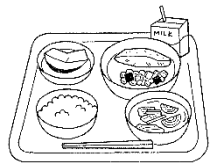
温度管理や食材の取り扱い等に注意して衛生的な調理を行っています。

また、栄養量は「学校給食摂取基準」に準じ、身体計測の結果をもとに

エネルギー量を決定しています。子供たちの食体験を

広げるため、多様な食材、調理方法で、栄養バランスの

よい給食を提供します。



地場産物の積極的な活用

地場産物を優先して食材を購入しています。おたよりや給食時間の指導
を通して、地場産物についてお知らせします。

食文化への理解

郷土料理や季節の行事食、世界の料理など、多様なメニューを取り入れて
います。



ホームページ更新中

学校ホームページの「給食室から」では、献立表や
給食だよりを御覧いただけます。また、給食を写真付き
で紹介しています。ぜひチェックしてみてください。



献立表確認のお願い

「給食で初めて食べる食材はありますか？」

学童期以降にアレルギー症状が出る場合も
あります。給食で初めて食べる食材がある
場合は、体調がよい時に、まずは御家庭で
食べることをおすすめします。食物アレルギー
や乳糖不耐症の場合、年度途中
でもいつでも学校に御相談
ください。



朝食で5つの スイッチオン



体のスイッチ



睡眠中に不足したエネルギーや栄養素
を補給することができるので、午前中に
元気に活動するための力になります。

脳のスイッチ



ごはんやパンに含まれている炭水化物
は、体内でブドウ糖に分解され、脳の
エネルギー源になります。

おなかのスイッチ



体は朝食をとると、腸が動いてうん
ちがしたくなるような仕組みになって
います。おなかの調子を整えましょう。