



Main menu table with columns for date, meal name, ingredients, and nutritional information. Includes items like わかめごはん, せきはん, ごはん, etc.

◇給食費◇

〈1食あたり〉
小学校低学年 275円
小学校高学年 296円
中学生 338円

給食費は
すべて食材費
のみに
あてられて
います。

◆ 学校給食の摂取基準 ◆

Table showing intake standards for elementary and middle schools across various nutrients like energy, protein, fat, and vitamins.

●保護者のみなさまへ● ~学校給食費に関するお知らせ~

長野市の給食費は、前回の改定から5年が経過し、実際の食材価格との間に差が生じているため、令和6年4月から給食費を改定します。

Table showing fee changes for elementary and middle schools from the 5th year to the 6th year of Reiwa.

子育て世帯の家計も物価高騰の影響を受けていることから、令和6年度は改定による増額分を市が負担しますので、保護者の皆様の負担額は変わりません。

Table showing the breakdown of school lunch fees into city burden and guardian burden for elementary and middle schools.

今後も栄養バランスや量を保った学校給食の提供に努めてまいりますので、ご理解と協力をお願いいたします。





Main menu table with columns for Date, Name, Food Type, and Nutritional Value. Includes items like わかめご飯, 赤飯, ご飯, コッパン, etc.

◇給食費◇

〈1食あたり〉
小学校低学年 275円
小学校高学年 296円
中学生 338円

給食費は
すべて食材費
のみに
あてられて
います。

◆ 学校給食の摂取基準 ◆

Table showing intake standards for energy, protein, fat, salt, calcium, magnesium, iron, vitamins, and fiber across different age groups.

●保護者のみなさまへ● ~学校給食費に関するお知らせ~

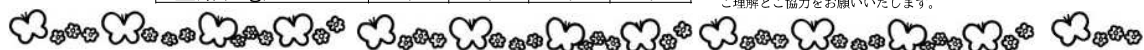
長野市の給食費は、前回の改定から5年が経過し、実際の食材価格との間に差が生じているため、令和6年4月から給食費を改定します。

Table comparing school lunch fees for elementary and middle schools between Heisei 25 and Reiwa 6.

子育て世帯の家計も物価高騰の影響を受けていることから、令和6年度は改定による増額分を市が負担しますので、保護者の皆様のご負担額は変わりません。

Table showing the breakdown of school lunch fees into city and guardian responsibilities.

今後も栄養バランスや量を保った学校給食の提供に努めてまいりますので、ご理解と協力をお願いいたします。



# 食育だより


4月



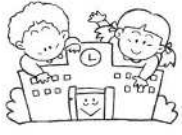
今月の目標 給食の決まりを守って楽しい食事をしよう

正しいマナーで、楽しい給食を

給食の時間は、学習の時間とちがって、くつろいだ気持ちになります。気がゆるみすぎてマナーが悪くなるとは、まわりの人を不快にさせます。よいマナーは食事が楽しくなるとともに、残さずきれいに食べられます。

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p>食事の前には、机の上をきれいにしましょう。</p>  | <p>食事の前には手を洗う。ハンカチも毎日忘れずに持ってきましょう。</p>  | <p>エプロン・帽子・マスクをきちんと身につけましょう</p>          |
| <p>正しい姿勢で、静かに食べましょう。</p>     | <p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。</p>    | <p>食器は手に持って食べましょう。</p>                  |
| <p>正しくはしを持って食べましょう。</p>     | <p>早食いにならないよう、よくかんで味わって食べましょう。</p>    | <p>口の中に食べ物を入れたまま歩いたり、おしゃべりしたりしない。</p>  |
| <p>好き嫌いしないで、何でも食べてみよう。</p>  | <p>主食とおかずを交互に食べましょう。</p>              | <p>きまりを守って片付けをしましょう。</p>               |

## ご家庭と連携した学校給食



- 今日の給食は何か？
  - 今日の給食や、食べた時の様子など話題にしてみてください。
  - 毎日の献立表に目を通し、朝食や夕食と重ならないようにお願いします。
- 食べることに集中ができるように。
  - 給食は食事時間が決められています。食べることに集中できるように、テレビのスイッチは消したいですね。
- 朝ごはんをしっかりと食べて登校しましょう。
  - 朝ごはんは、午前中、4時間も勉強するためのエネルギー源です。
  - 朝ごはんの充実が、1日の充実につながります。早寝・早起き・朝ごはん！！
- 食べ物を大切にすることを育みましょう。

