



小学校で有名な  
大東市の食育  
キャラクターの  
トマッピーです

4月9日から今年度の中学校給食が始まります。大東市の中学校給食は、民間業者の調理施設で調理されて中学校の配膳室で再加熱します。1年生のみなさんは、6年間食べてきた小学校の給食とは形態が異なり少し戸惑うかもしれませんが、たくさんの方たちに支えられているのは小学校給食と同じです。中学生のこの時期は、心身共に成長の著しい時なので、給食に使われているいろいろな食材を食べて、栄養をたっぷり摂って、免疫力を高め、心身共に健康に過ごしましょう。



# 給食内容について

◇学校給食の調理◇

## ◇学校給食の栄養・献立について◇

中学校給食は、学校給食摂取基準に基づき教育委員会の栄養士と中学校の栄養教諭が献立を作成します。

摂取基準は、成長期子どもたちに必要なカルシウムや鉄分、食物繊維は高めに設定されています。基準値以上を目標に献立を作成していますが、塩分は基準値以下となるようにしています。

また、中学校では「みんなのイチオシレシピ」という取り組みを行っており、生徒・教職員から募集した献立が登場することもあります。

・民間調理業者の施設で作った、おかずやごはんをお弁当箱に1人分ずつ盛りつけられた給食が各中学校に配送されます。業者は西と東のブロックで分かります。

《調理業者》  
西ブロック（南郷・住道・諸福・大東）  
⇒株式会社 からここカンパニー  
東ブロック（四条・深野・北条・谷川）  
⇒株式会社 万福

・おかずは、各校の配膳室のスチームコンベクションオーブンで再加熱して、温かい状態で提供します。



## ☆食 材☆

給食の食材については、小学校給食同様、国産のものを基本とした、安全で品質の良いものを使用しています。

牛肉については、現在、個体識別番号のついた安全性が確認できるものを使用しています。他の肉についても、産地や細菌検査の結果を確認しています。

野菜等については、地場産の野菜を優先的に使用すると共に、産地をすべて確認し、安全な食材の提供につとめています。



## ☆ご 飯☆

・週4回程度ご飯が出ます。

・米は令和7年産の北海道産ななつぼしで、例年は1月頃に新米の大東市産ヒノヒカリを使用する日があります。

・1人分のご飯の量は224g程度です。


・白ご飯だけでなく、わかめご飯などの混ぜご飯やピラフも登場します。

・白ご飯の時は、ご飯が進むおかずやカレー、丼の具のおかず、もしくは手作りふりかけ・佃煮を組み合わせる等の工夫をしています。それ以外の時は、小袋入りのふりかけや、のりなどが付くこともあります。



## ◇はし・スプーン◇

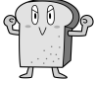
・はしとスプーンは、家から持参してください。毎日きれいに洗って持ってきてましょう。（割箸など使い捨ての物はやめましょう。）

・献立表に  マークのある日は、スプーンも持ってきてましょう。

## ☆パ ン☆

・パンの日は、週1回程度です。

・小学校と同じ関西食品工業で作られて学校に直送されます。



## ☆汁物・冷菜・フルーツ☆

・月2回程度、食缶に入った汁物や冷たいサラダなどの冷菜、フルーツ缶のデザートがあります。

・食缶は保温性・保冷性のある二重食缶です。



## ☆デザート類☆

・ヨーグルトやゼリー等のデザートもあります。

・業者から学校に配送され、学校の配膳室のデザート用保冷庫で冷やします。



## ☆牛 乳☆

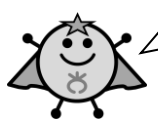
・森永乳業の牛乳が学校へ直送されます。

・小学校と同じ、環境に配慮したストローレス対応の紙パックに入っています。

・発育期の生徒に必要な、カルシウムやたんぱく質を多く含んでいます。



# トマッピー4コマ漫画募集！



掲載された方には、トマッピー缶バッジを送ります♪

大東市食育キャラクターのトマッピーは、平成21年に誕生し、翌年に「トマッピー」と名づけられました。イラストも名前も、考案したのは当時の小学生です。

以来、みなさんにもおなじみだと思いますが、特に、学校給食を通じて見かける機会が多いのではないのでしょうか。

トマッピーは食育キャラクターとして、『食で育むところから みんなでおいしくパクパクするんるん』というスローガンの意味や大切さを伝えていく役目を担っています。中学生のみなさんには学校給食を通じてトマッピーからの発信を受けるだけでなく、トマッピーと一緒に発信することもお願いしたいと思い、給食だよりに掲載するトマッピーの4コマ漫画を募集しています。

描いてみたいと思う人は、是非応募してください。（グループ共作可）  
（原稿、提出について）

- ①ストーリー：給食や栄養・食べ物の話をテーマに4コマにまとめてください。既成のキャラクターは著作権の関係上、掲載できないため注意してください。
- ②原稿サイズ：縦15cm・横6cm（印刷するためはっきり鮮明に描いてください。）
- ③提出方法：教育委員会学校管理課あてに・中学校名・年組・氏名（掲載時にペンネームを希望する場合は原稿の裏にペンネームを記入）を記入した封筒に入れ、教頭先生に預けてください。

### SDGsの目標13

SDGsの目標13は「気候変動に具体的な対策を」です。今、地球の平均気温が上がってきていて大雨などの異常気象が増えたり、海水面が上がって島が水没しそうになったりしています。この進行を少しでもくい止めるため、私たちにできることがあります。食べ物を作ったり運んだりするときに、たくさんの二酸化炭素(CO2)などの温室効果ガスが出ますが、これが地球温暖化の一因になっているといわれます。地域の食材や旬の食べ物を食べると輸送や栽培にかかるエネルギーが少なく済みます。食べ物をむだにしないことも大切です。地球にやさしい食生活を送ることで地球を守っていきましょう。