



先生！ おかわりしていい？

学校給食は、
バランスのよい食事のお手本です。

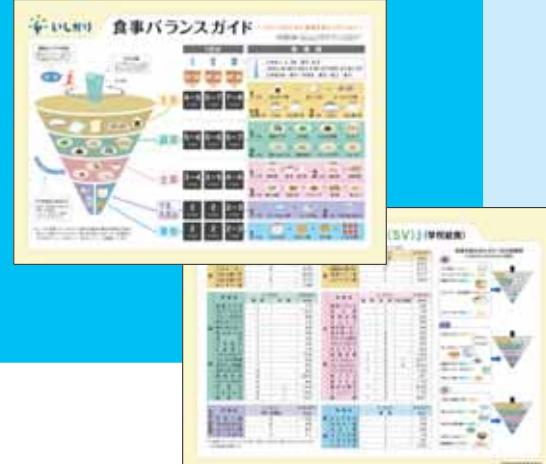
1日に必要な栄養量の約1/3がとれ、
家庭等で不足する栄養を補うように計算された食事。
3つの食品グループを使った料理（主食・主菜・副菜・その他[果物等・牛乳]）を
バランスよくとれるので、残さず食べましょう。

例えば
石狩市の
場合

学校給食のメニューを使った
「いしかり版食事バランスガイド」を作成。

1日に何をどれだけ食べたらよいかがわかる「食事バランスガイド」。

石狩市食育推進委員会では、子どもたちが
毎日食べている学校給食のメニュー使って、
さらに身近でわかりやすい「いしかり版食事
バランスガイド」を作成し、石狩市内の小中
学生の全家庭に配布しています。給食の人気
メニューのほか石狩市の郷土食なども含ま
れ、各家庭での「バランスのよい食生活」の
見直しに役立てられています。



各学校における食に関する指導の取組の推進

平成21年度から改正学校給食法が施行され、栄養教諭を中心とした学校給食を活用した
食に関する実践的な指導の充実に向け取組が進められています。

目標

■学校給食における道産食材の購入率

平成19年度 70.9% → 平成25年度 75% (金額ベース)

■道産小麦パンを使用している市町村数

平成20年度 140市町村 → 平成25年度 全市町村

(パン給食実施地域)