

# 10月給食たより

第36回学校給食アンケート結果  
 実施日 令和元年7月4、5日  
 人数：小学校児童 856名



1. 給食は楽しいですか。

楽しい  普通  楽しくない  無回答



2. 給食は楽しいですか。

おいしい  普通  おいしくない  無回答



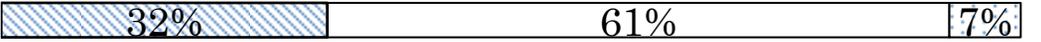
3. おかずの量はどうか

多い  ちょうどよい  少ない  無回答



4. ごはんの量はどうか

多い  ちょうどよい  少ない  無回答



5. パンの量はどうか

多い  ちょうどよい  少ない  無回答



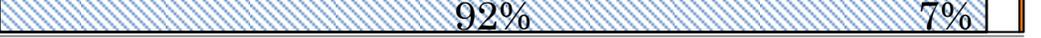
6. 食事の時、よく噛んで食べていますか。

よく噛む  あまり噛まない  考えたことがない  無回答



10. 今日、朝食を食べてきましたか。

食べた  食べなかった  無回答



12. うんこは毎日ですか。

出る  2~3日に1回  4~7日に1回  無回答



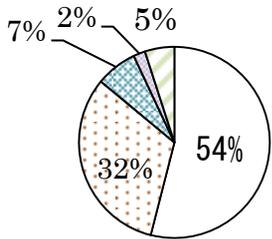
13. 栄養三色を知っていますか。

知っている  聞いたことはあるがよく知らない  知らない  無回答



順位	7.今までに給食で食べた中で好きなものは何ですか？	8.今までに給食で食べた中で嫌いなものは何ですか？	9.給食で食べてみたいものは何ですか？
1	カレーライス	えびナス	なし
2	ハンバーグ	なし	寿司
3	ラーメン	トマト	アイス
4	パイナップル	ゴーヤチャンプル	ピザ
5	海藻サラダ	海藻サラダ	イチゴ
6	唐揚げ	パン	ステーキ
7	フルーツジュレ	魚	オムライス
8	スパゲッティ	牛乳 ピーマン	プリン
9	ゼリー	キノコ きゅーちゃん漬け	かきごおり
10	パン	野菜 ご飯	チャーハン

11. 食べなかった理由はなにですか？



- 時間がない
- 食欲がない
- いつも食べない
- 食べるものがない
- その他

**主食**  
 おも からだ うご 主に体を動かすエネルギーのもとになる「炭水化物」を含む。  
 ご飯、パン、麺、パスタ

**主菜**  
 おも からだ 主に体をつくるもとになる「たんぱく質」を含む。  
 肉、魚、卵、大豆料理

**副菜**  
 おも からだ ちょうし ととの 主に体の調子を整える「ビタミン」「ミネラル」「食物繊維」を含む。  
 野菜、きのこ、いも、海藻料理

**牛乳・乳製品**  
 おも からだ 主にじょうぶな骨や歯をつくる「カルシウム」を含む。  
 牛乳、ヨーグルト、チーズ

**果物**  
 おも からだ ちょうし ととの 主に体の調子を整える「ビタミンC」「カリウム」を含む。  
 りんご、みかん、ぶどう、いちご

## バランスの良い食事って？

健康な体をつくり、運動や勉強にしっかり取り組むためには、栄養バランスのとれた食事を毎日規則正しくとることが大切です。主食・主菜・副菜の3つをそろえることを基本に、牛乳・乳製品や果物も食べましょう！



### 10月4日

おまつり献立&いわしの日  
 い(1)わ(0)し(4)の語呂合わせから10月4日はいわしの日になりました。また、毎年10月上旬の阪南市の秋祭りにあわせて、お祭りの時のごちそうをイメージしたお祭り献立を行っています。今年【きのこごはん、すまし汁、いわしの梅煮、スイートポテト、牛乳】です。

