



第 17 号

Email izumi-j@kanazawa-city.ed.jp



泉中だより

令和7年8月29日(金)

向上の2学期は「みんなで自己ベスト！」

泉中の今年のテーマ「みんなで成長」です。

自分のベストを尽くすことはもちろん大切ですが、仲間と支え合い、力を合わせることで、クラスもチームも学校もさらに成長していきます。

自分とみんなは一体。自分が成長すれば、みんなも成長する。

みんなが成長すれば、自分も成長する。

この2学期、勉強や行事、部活動など皆さん一人一人が自己ベストを目指してください。そして、その力を持ち寄って、「みんなで自己ベスト」をつくりあげていきましょう。

先生方も皆さんと一緒に、この2学期を「みんなで成長」する学期にしていきたいと思ひます。一緒にがんばりましょう！



～2学期始業式より～

給食をしっかりと食べていますか？

昨日から給食が再開されましたが、久しぶりに食べた給食は、とてもおいしかったですね。（今日もおいしかったです☺⇒⇒⇒）

さて、皆さんは給食について、どのくらい知っていますか。金沢市の学校給食はたくさんの人の努力と工夫の上に成り立っています。今日はその一部を紹介したいと思います。



学校給食のここがすごい！！

- (1) 値段が安い。1食あたり293円（自己負担額のみ）※牛乳込み
- (2) エネルギー量と栄養バランスが完璧。
- (3) 食事内容が素晴らしい。

①主食 米飯・・・金沢産こしひかり100% ←お米の価格高騰の中、すごい！
パン・・・国産小麦 100% ←国産、国内加工にこだわっている

②牛乳 200ml 成分無調整牛乳（石川県産）

③おかず ・1日に必要な栄養の1/3を摂ることができる。
※不足しがちなカルシウムやビタミン群は1/3以上



・手作り・薄味を心がけている

・季節ごとの行事食、旬の食材を採り入れている。

※だしは、昆布やかたお節から。カレー・シチュー等のルウは手作り

・郷土料理や地場産物をできる限り採り入れ、食文化伝承に努めている

・加工食品は添加物をチェック

・かむ力を養うため、月1～2回のかみかみメニューを入れている



こんなに作る人の思いがいっぱい詰まった給食なのですが、泉中では、ご飯だけで毎日約30kgが残飯として廃棄されています。

生徒の皆さんが、あと一口のご飯を食べてくれたら、こんな悲しいことにはなりません。

皆さんは成長期であり、多くの栄養を必要としています。運動をしている人は特にたくさん食べることを心がけてくださいね。

