

おうちの方と一緒に読んでください



4月は入学や進級などで、それぞれに緊張といっはいの期待を胸に新年度が始まります。給食を通して、子供たちの健やかな成長のため、保護者の方々と一緒に「食育」を進めていきたいと思っ
ていますので、どうぞよろしくお願い致します。

給食について

学校給食は、栄養バランスのとれた食事を子供たちに提供することにより、子供の健康の保持増進、体位の向上を図っています。また、栄養補給だけでなく「生きた教材」として、給食時間はもとより、各教科や特別活動、総合的な学習の時間等において活用され、食育を推進していく上での中心的な役割を担っています。

主食 ごはん、パン、めん類など。炭水化物が多く、おもにエネルギーのもとになります。

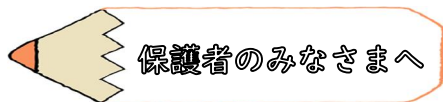
主菜 魚、肉、卵、大豆製品などを使ったおかず。たんぱく質が多く、おもに体をつくるもとになります。

副菜 野菜を中心にしたおかず。ビタミン、ミネラルが多く、おもに体の調子をととのえます。

牛乳 給食にいつもつきます。成長期に多く必要とされるカルシウムが豊富です。



- 献立の作成に当たっては、子供たちの嗜好の偏りをなくすよう配慮し、魅力あるおいしい給食となるよう努めています。
- 地場産物や郷土に伝わる料理を積極的に取り入れています。



今年度のお弁当の目について

- *11月24日(火)おにぎりの日
- *12月17日(木)
- <地域学校園統一実施です>

長期欠席の場合

長期欠席の場合、学校へお知らせください。係が受理した日の2日後より起算し、連続7食以上(休業日を除く)の欠席であれば、給食費を返金いたします。

白衣・帽子・袋について

給食で使用した白衣等は週末に、ご家庭で白衣を洗濯して、次の週の始めに忘れずに持ってきてください。

給食当番ではマスクを使用します。清潔なマスクの持参をお願いします。

ほつれなどお気づきになりましたら、つくろいなどしていただけたら幸いです。



ただ おぼ
正しいもりつけを覚えましょう！



ごはんのときの並べ方

- ① ごはんは左に置く。
- ② 汁物は右に置く。
- ③ おかずは中央奥に置く。
- ④ おはしは手前に置く。



パンのときの並べ方

- ① パンは左に置く。
- ② 汁物は右に置く。
- ③ おかずは中央奥に置く。
- ④ スプーン、フォークは手前に置く。



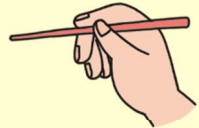
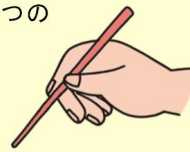
めいじん
はし名人になろう！

正しいはしのもち方ができるかな？
毎日の食事の中で練習して
正しいもち方ができるように
がんばろう！



はしのもち方

- ① 正しいえんぴつのもち方で
はしを1本もつ。
- ② はしを「1の字」を書くように
たてにうごかす。
- ③ もう1本のはしを親指のつけねから、
中指とくすり指の間に通す。
- ④ 上のはしだけをうごかすように
れんしゅうする。



せっけんを使いましょう！

手洗いを水だけですませている人は
いませんか？水だけでは手に付いた
細菌を落とすことはできません。
ある調査でせっけんを使って洗うと
手に付いた細菌が減るということが
わかりました。
手洗いの効果をあげるためには
しっかりとせっけんを泡立てることが
大切です。

