

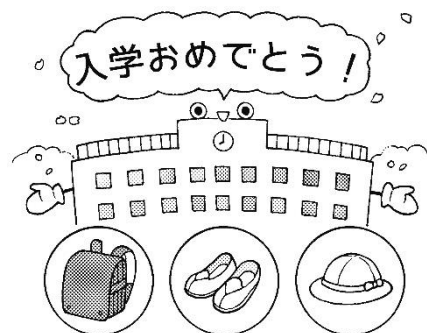
4月の給食だより

2024
4月号

保護者と児童の皆様へ
一緒にお読みください

春の暖かな日差しの中、新年度が始まりました。進級、入学おめでとうございます。1年生は初めての給食ですね。楽しく、給食時間を過ごせるよう安心・安全な給食を心がけてまいります。

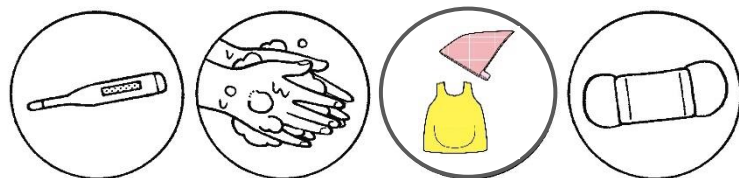
1年間どうぞよろしくお願いいたします。



給食当番の人は

毎日チェックしよう!

- ①毎日、自分の健康状態を確認して、発熱、下痢、腹痛、嘔吐などがあれば当番をかわってもらいます。
- ②石けんをよく泡立てて、きれいに手を洗います。
- ③清潔なエプロンや頭おおいで身支度をととのえて、マスクを着用します。
- ④アルコールで消毒します。



☆手洗いもしっかりしましょう!



石鹸で10秒、流水で15秒間すぐと、ウイルスは0.01%程度に減少します。しっかり丁寧に洗いましょう!

※本年度もエプロン、頭おおいの準備をよろしくお願いします。



みなさんの成長を支える給食

学校給食は、成長期に必要なエネルギーや栄養素がしっかりとれる大切な一食です。

主食

おもにごはん、パンやめんもあります。おもに炭水化物をとることができ、エネルギーになります。



牛乳(200mL)

成長期に大切なたんぱく質やカルシウム、ビタミンをしっかりとることができます。



副食など(おかず)



魚や肉、卵、野菜、海藻、きのこ、豆など、いろいろな食材を使い、栄養のバランスを考えた料理で、薄味を心がけています。たんぱく質や脂質、ビタミン、無機質をとることができます。

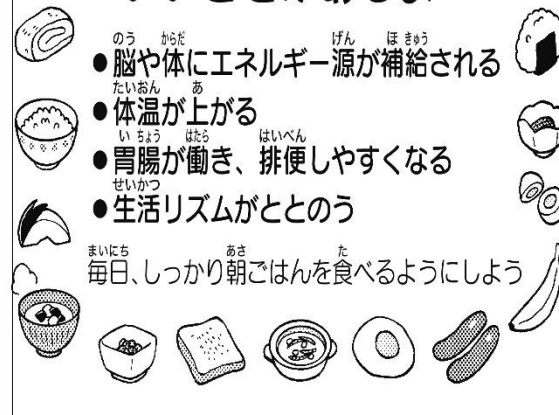
調理員6名で 給食を作っています。

私たち調理員は、おいしく安全な給食を頑張って作っています。みなさんの「おいしい」の言葉と笑顔がとてもうれしく、励みになります。栄養のある給食をいっぱい食べてください。



株式会社 メフォス

朝ごはんを食べると いいことがあるよ!



季節の野菜 タケノコ

タケノコは竹の芽の部分です。よく食べられているのは孟宗竹という品種です。春の味覚を代表する食材です。どの部分を食べているかというと、茎を食べています。お家でも春の味覚を味わって楽しみましょう。

