



# 食育だより



令和7年度4月号  
横川中央小学校



うちのひととよんでね

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい学校、そして新しい学級とみなさんは期待と不安を胸にいただいていることでしょう。そんなみなさんを応援して、心とからだの健やかな成長を支えていくために、今年度もおいしくて安全な給食を給食室一同力を合わせて届けていきたいと思ひます。

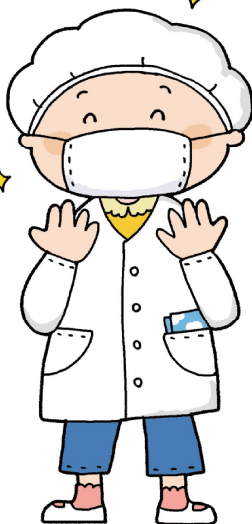
## 協力して準備をしよう

### 給食当番の身支度

髪の毛が出ないように帽子をかぶろう

つめは短く切っておこう

清潔な白衣を着よう



マスクをきちんとつけよう

石けんを使って手を洗おう

ハンカチを持とう

給食当番になった人は、給食の準備をする前に給食当番としてふさわしい清潔な身支度をしているかどうかを確認しましょう。

### 給食当番以外の人の準備

給食を食べるための環境をととのえて、しっかりと手を洗いましょう。



### ●保護者のみなさまへ●

給食当番は、1週間使った白衣や帽子などを週末に持ち帰ることになっています。給食の準備を清潔に行うためにも、持ち帰った白衣は洗濯とアイロンがけをして、持たせてください。ご協力よろしくお願ひいたします。

横川中央小の給食は・・・

栄養士の大川と、給食調理業務委託業者「イートランド」の調理員で給食を作っています。安全でおいしい給食を提供できるようがんばります。どうぞよろしくお願いします。



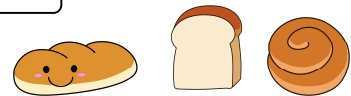
# がっこうきゅうしょく どうじょう 学校給食に登場する食べもの

## むぎい 麦入りごはん (週4回)



- お米は宇都宮産コシヒカリを使用しています。
- 学校で炊いています。

## パン (週1回)



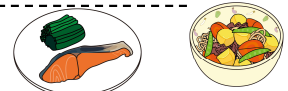
- 宇都宮産の小麦粉(ゆめかおり)を使用したパンです。県産の米粉を使用したパンも出ます。
- 月1回程度、麺の料理も出ます。

## ぎゅうにゅう まいにち 牛乳 (毎日)



- 栃木県産の牛乳です。
- 成長期に必要なカルシウム・たんぱく質などをバランスよく含んでいます。
- 牛乳のカルシウムは体内での吸収率が高いため、骨の形成や骨そしょう症の予防にも効果的です。

## おかず



- バラエティに富んだ料理を心掛け、手作りの味を大切に作っています。
- ときどき果物やデザートをつけたり、行事食や郷土料理なども取り入れたりして、季節感があり、子どもたちに楽しんでもらえる献立作りを心掛けています。



## がっこうきゅうしょく 学校給食の目標

心身の健やかな成長を  
願い、学校教育の一環  
としての学校給食に  
は、次のような目標が  
定められています。



適切な栄養と味覚で、  
健やかな体と心を育む。



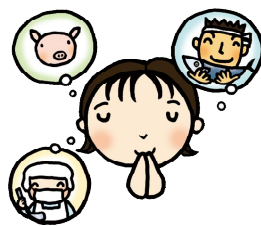
食べることの大切さや  
喜びを知る。



給食を手本に望ましい  
食べ方を学ぶ。



毎日の食事について、  
自分でも考え、判断して  
食べられるようになる。



いつも感謝の気持ちで  
もって食事をいただく  
ことができる。



他人のことを考えて  
思いやり、学校生活を  
豊かなものにする。



食を通して地域の伝統  
や歴史を学び、食文化  
を未来に伝えていく。