



早ね・早おき・朝ごはん

※早ねをすると朝、しっかりと起きることができます。しっかりと朝食を食べて、元気に学校へ登校してきてください！

〔4月のこんだてから〕

19日開一小 人気メニュー

- ・きなこ揚げパン
- ・マカロニのクリーム煮
- ・いちご



30日 たけのご飯

春には竹の子がたくさん収穫されます。竹の子は成長が早く、土から顔を出して、10日もすると大人の竹になるといわれています。コリコリとした食感を味わいましょう。



ご入学ご進級おめでとうございます。

4月は、1学年ずつ進級しているため3年生は、中学年の量に5年生は高学年の量になっています。はじめは、量が多くなったように感じるかもしれませんが、少しずつ適正量になれていきましょう！全量食べると、学年に必要な量になります。

1年生は、16日（火）から給食がはじまります。

お子様は好き嫌いなく、いろいろなものを食べることができるようになっていませんか？

給食時間も決められた時間の中で食べなければなりません。

16日までに練習してみてください。また、1年生の練習も兼ねているため、16日からは、盛りつけがしやすいメニューや果物の皮を剥く練習、ご飯・パン・麺を食べる練習メニューになっています。

給食着

- ・給食着は給食当番の児童が使います。
- ・当番の児童が金曜日に持ち帰りますので、洗濯後、アイロンをかけて月曜日に必ず持たせてください。ほころびなどがありましたら簡単な補修をしていただくと助かります。

給食の持ち物

- ①給食袋（②～④を入れる）
 - ②ナフキン ③手ふきハンカチ（給食専用）
 - ④マスク（給食当番）
- *毎日持ち帰ります。きれいに洗って清潔なものを持ってきましょう。

食事の前に手を洗い消毒をします。「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつがしっかりとできますか？正しい姿勢で食べることやおはしを正しく持つことができているですか？

朝ごはんを欠食すると勉強や運動をがんばることができません。朝ごはんをしっかりと食べると、給食までの時間を元気に過ごすことができます。好き嫌いをせず、なんでも食べるようにしましょう。きれいな物でも少しずつ食べてみましょう。

給食ではいろいろな食材を使うようにしています。ぜひ、ご家庭でも多くの食材を使っていろいろな味に慣れるようにお願いします。