

給食だより 5月



『早ね 早起
あさごはん』
シンボルマーク

朝ごはんを食べることは、生活のリズムをととのえるためにもとても大切で、わたしたちにとって、よいことがたくさんあります。朝ごはんをいつも食べている人はこれからも続けていき、食べていない人は少しでも食べられるように習慣づけていってください。

1日は朝ごはんから始まる



朝ごはんを食べると、エネルギーや栄養素を補給することができます。さらに体温を上げて脳や体を目覚めさせて、活動できる状態に切りかえます。また、胃や腸の動きをよくして排便を促し、便秘の予防に役立ちます。

1日を元気に始めるために、朝ごはんは欠かすことができません。毎日必ず、朝ごはんを食べてから登校するようにしましょう。

5月の旬の食材

- 新じゃがいも
- 新たまねぎ
- キャベツ
- 新ごぼう
- たけのこ
- グリンピース
- セミノール
- メロン
- スイカ
- かつお
- さわら

5月の献立より

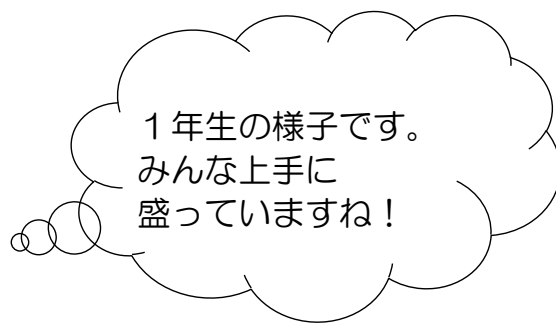
- 11日(木) “ピースごはん”
今の時期しか食べられない、生のグリンピースをごはんと一緒に炊き込みます。
- 12日(金) “かつおのトマトソース煮”
今が旬のかつおを揚げて、トマトソースをかけて作ります。

★がんばれ！体育発表会応援メニュー

- 26日(金) “ヒレカツ”

— 給食が始まりました！ —

1年生も4月17日から給食が始まりました。
先生の指導のもと、給食当番はクラス全員分の配膳をします。
とまどいながらも、約35人分の給食を一生懸命によそっている姿には、頼もしさも感じます。



今年度の給食費徴収に関しては、後日改めてお知らせします。

※返金は、保護者から、栄養士又は事務担当者へ「給食停止」の申請があった場合のみ返金対応いたします。食材手配の都合上、栄養士（事務担当者）が申請を受理後4日目が返金対象となります。（土日は含めず）