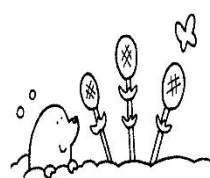


4月 給食だより



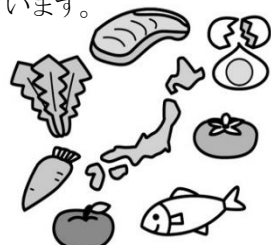
令和2年4月7日
練馬区立練馬第三小学校
校長 城崎 真
栄養士 野中 歩

ご入学・ご進級おめでとうございます。子供たちは、これから始まる学校生活に胸を躍らせていることでしょう。給食だよりでは、ご家庭にお伝えしたい「食」に関する情報を発信していきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

学校給食について ~こんなことに気を付けています

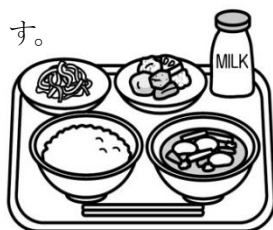
食材

地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。



献立

行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。



調理・衛生

野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。



☆給食の献立のお話☆

★4月14日 「1年生小学校初めての給食開始」

小学校で初めての給食です。給食の準備や盛り付けが最初は戸惑うかもしれませんが、担任の先生や栄養士がしっかり指導していきます。子供たちの成長を安心して見守ってください。この日はハッシュドポークとキャベツのマリネを給食でだします。

★4月17日 「毎月19日は食育の日☆」

食育の日は食育基本法の「食育推進基本計画」により制定された日です。食育は食を育てる「育(いく)」が「い=1く=9」の語呂合わせで決められています。食育の日になんで春に旬を迎える「たけのこ」や「鱈-さわら-」を使った献立、たけのこごはん・鱈の石垣フライなどをだします。季節ならではの旬の味覚を楽しみにしてください。

★4月20日 「人気献立きなこ揚げパン」

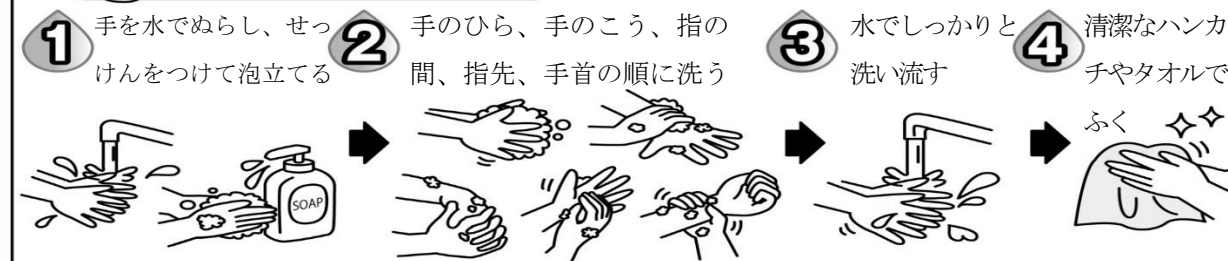
この日は子供たちに人気の揚げパンの日です。きなこ揚げパンの他にココア揚げパンも人気です。

給食時間の過ごし方

学校給食は、準備から後片付けまでを含めた食事に関する活動を通して、さまざまなことを学ぶ時間です。みんなで協力して準備をし、食べる時間をしっかり確保するとともに、楽しい給食時間が過ごせるよう、一人一人がマナーを守ることも大切です。

給食の前には、必ず手を洗いましょう

上手な手洗い方法



給食当番は身支度も大切な仕事です

- ★つめは短く切りましょう
- ★石けんでしっかり手洗いをしましょう
- ★マスクをきちんとつけましょう



- ★ぼうしは髪の毛が出ないようにかぶりましょう

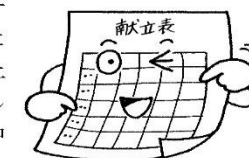
お願い

お子さんが白衣などを持ち帰った際に洗濯をお願いします。

献立表確認のお願い

給食で初めて食べる食材はありますか？

食物アレルギーは、乳児がもっとも多く、年齢が上がると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずは、家庭で食べることをおすすめします。



～今月の給食目標～

きゅうしょく 給食のきまりを知ろう



4時間目が終わったら、手を洗い、ランチクロスを敷きます。毎日きれいなランチクロスをご用意くださいますよう、ご協力をお願いします。

給食費は、給食食材の購入費にあてられ、子供たちへ安全なおいしい給食を提供するために使っています。保護者の皆様には、ご理解とご協力をお願いいたします。