

4月給食だより

令和5年4月6日
練馬区立春日小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます

新しい1年が始まりました。今年度も元気いっぱいの1年生とともににぎやかな春を迎えることができました。新しいクラスでの生活は、ドキドキ・ワクワクの連続ですね。しかし、その一方で緊張や不安などで体調を崩しやすい時期でもあります。生活のリズムを整え、3食しっかりと食べて、しっかりと睡眠をとり、疲れたな…と感じたときには早めに心も体も休めましょう。毎日健康に気を付けて1年間元気に過ごしましょう！



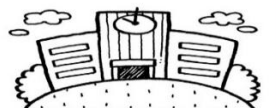
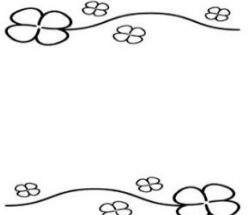





学校の給食について



学校給食は、「学校で食べる昼食」ということだけではなく、教育活動の一環として位置付けられています。栄養バランスのとれた食事を摂取することで、成長期にある子供たちの心身の健康を増進し、体位の向上を図ることや、食に関する指導の生きた教材になるように考えられています。ご家庭でもぜひ給食についてお子さんとお話してみてください。

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができ、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p> 
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	

毎日学級へおたよりを配布し、毎月ご家庭へ献立表を配布します！

毎日各学級へ配布する「はらぺこだより」には、その日の献立や使用している食材についての豆知識や雑学・

調理の工夫やクイズなどを掲載しています。

また、月1回ご家庭へ配布する献立表及び給食だよりには、給食に関する事柄や食材の情報などを掲載しています。献立表(給食だより)を通して、子ども達が普段学校でどのようなものを食べているのか、ぜひ参考にしてください。学校ホームページでも写真等を掲載しています。

何か気になることなどございましたら、お気軽に栄養士までお声掛けください。

🍏🍏給食はいつから始まるの？🍏🍏

2年生以上は4月7日(金)から、1年生は4月13日(木)から給食が始まります。

「給食のやくそく」をしっかり守り、みんなと仲良く、おいしく食べてください。

栄養のバランスを考えるのはもちろんですが、子ども達からのリクエストや新しいメニューなども取り入れて、給食が子ども達の楽しみのひとつになるよう頑張ります！

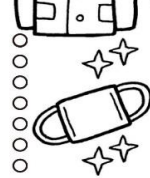
給食を通じて自分が食べられる量を知り、苦手な食材を克服できるようにしていきましょう。

春日小学校では、不足しがちなカルシウムを補うなどを目的として、ミルクコーヒーやジョアの導入をしています。

給食袋には、マスク・口拭き用ミニタオル・ビニール袋を入れて、毎日新しいものに取り替えて持ってきてください。



保護者の方へ



給食当番の順番がまわってきましたら、白衣の洗濯をお願いします。また、清潔なマスクの持参もお願いします。

知っていますか？食物アレルギー



食物アレルギーとは、特定の食べ物を食べたり、飲んだり、触ったりすると、肌がかゆくなったり、咳が出たりするなどのアレルギー症状があらわれることです。

ひどい時は、命にかかわる場合もあります。

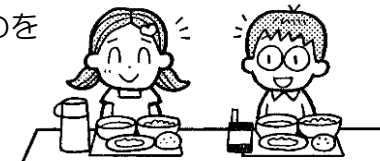
食物アレルギーの原因となる食べ物は、年齢や人によってさまざまです。

友だちが食物アレルギーだったら...

食物アレルギーのため、給食などでみんなとおなじものを食べられない場合があります。

また、急に具合が悪くなることもありますので、そのような時は、すぐに先生に知らせましょう。

みんなの理解と協力が大切です。



給食食材の予定産地



精米...青森県産(まっしぐら) 牛乳...東京都 群馬県 北海道 岩手県 青森県 山形県 宮城県 山梨県 にんじん...埼玉 キャベツ...愛知 だいこん...神奈川 玉葱...北海道 じゃがいも...鹿児島

※3月の食材における予定産地ですのでご了承ください。



今年度の給食費につきましては別紙にてご連絡いたします。学校給食にご理解・ご協力をどうぞ宜しくお願い申し上げます。