

# 給食だより



早寝早起朝ごはん  
「早寝早起朝ごはん」  
運動シンボルマーク

練馬区立光が丘夏の雲小学校

令和6年4月8日  
校長 宮林伸之  
栄養士 大橋 恵

## 入学・進級おめでとう

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、  
新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。  
4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、  
環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。  
夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。  
今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。  
学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。



## 給食には、たくさんの学びが詰まっています

- 栄養バランス
- 食品の種類や特徴
- 感謝の心
- 食料の生産・流通・消費



ふるさとの食文化

よりよい人間関係の形成

食事の喜び・楽しさ

世界の食文化

食に関する知識・理解・関心

日本の伝統行事と行事食



## 給食の決まり・食事のマナーを守りましょう

<p>給食の前に、机の上を片付けましょう。</p>	<p>手をきれいに洗いましょう。</p>	<p>給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。</p>
<p>協力して準備をしましょう。</p>	<p>食べる前には「いただきます」食べ終わったら「ごちそうさまでした」をしましょう。</p>	<p>姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。</p>
<p>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</p>	<p>時間内に食べ終わるようにしましょう。</p>	<p>食器は大切に扱いましょう。</p>

### <学校給食用食材の産地等について 4月分>

★食材の産地は市場の仕入れ等により変更があります。ご了承ください。

品目	産地	品目	産地	品目	産地
米	米 秋田	魚	ちりめんじゃこ 宮崎	野菜	きゅうり 埼玉・千葉
卵	卵 青森		にんにく 青森		ごぼう 群馬
肉	鶏肉 宮崎・茨城		生姜 高知		みつば 千葉
	豚肉 茨城	野菜	セロリ 愛知		にら 茨城
さば ノルウェー	たまねぎ 北海道		葉ねぎ 静岡・千葉		
さわら ニュージーランド	にんじん 徳島		さつまいも 千葉・茨城		
えび インドネシア	キャベツ 愛知・神奈川		じゃが芋 鹿児島・長崎		
魚	いか ペルー	小松菜 埼玉	果物		えのき 長野
	かつおぶし 鹿児島	大根 神奈川・千葉			ゆず 徳島・高知
	かつお 宮城・静岡	白菜 茨城			きよみ 愛媛
	ししゃも アイスランド	ねぎ 茨城・千葉・埼玉			