

# がつきゅうしよく 4月給食だより



練馬区立石神井西小学校 校長 山口 義一

栄養士 庄司 智子



早寝早起き朝ごはん 「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク



いよいよ新年度が始まりました。それぞれ希望に胸を膨らませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。今年度も、成長期の皆さんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひ致します。

## 学校給食には次の7つが目標として掲げられています

〔学校給食法〕第2条より

<p><b>1</b> 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><b>2</b> 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のできる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p>	<p><b>3</b> 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><b>4</b> 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><b>5</b> 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><b>6</b> 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。</p>

<p><b>給食の約束</b> みんなで楽しく食べるため、一人ひとりが役割として取り組みましょう。</p>	<p>給食の前に手をきれいに洗う</p>	<p>協力して準備を行う</p>	<p>あいさつをきちんとする</p>
<p>姿勢を正しくし、よくかんで食べる</p>	<p>汚い話や気持ちの悪い話をしない</p>	<p>決められた時間内に食べ終える</p>	<p>食器は大切に使う</p>



こんげつ こんだて  
今月の献立



- 10日(水) わかめとごまのごはん・肉じゃが・桑の花のからしあえ  
・・・桑の花は、畚が旬の野菜で、少し苦みがあるのが特徴です。
- 15日(月) はちみつトースト・ポトフ・清見オレンジ  
・・・一年生初めての給食は、食べやすいパンの献立です。
- 18日(木) さんまの蒲焼き丼・キャベツのみそ汁  
・・・さんまの蒲焼きは、骨まで食べられるようにカリッと揚げました。
- 26日(金) ポークカレー・大根ときゅうりのマリネ  
・・・学校給食のカレーは、ルウから手作りしています。



## きゅうしよくしつ ねが 給食室からのお願い

☆ 白衣の洗濯 ☆  
給食当番は、白衣・帽子・マスクをして給食を配ります。ご家庭に持ち帰りましたら、洗濯をして適明けに忘れずに持たせて下さい。マスクは、各自でご用意をお願い致します。

☆ ランチマット ☆  
衛生的に給食を食べるために、毎日清潔なランチマットと、口を拭くタオルを持って来ましょう。

☆ 朝ご飯を食べましょう ☆  
朝ご飯は、一日の活動をする上でとても大切な食事のひとつです。一日を元気に過ごすために、朝ご飯を食べてから学校へ来ましょう。

学校給食費の納入にご協力をお願いします。初回引き落とし日は5月7日です。