



入学・進級 おめでとうございます!



「早寝早起き朝ごはん」
運動シンボルマーク

新しい学年、新しい学級での1年が始まりました。今までと環境が変わり、期待ややる気に満ちている半面、知らず知らずのうちに、ストレスや疲れをためやすい時期です。

元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、睡眠をきちんと取る習慣をつけましょう。

学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期の心と体の発達を支えていきたいと思っております。1年間よろしくお願いたします。

学校給食を通して学ぶこと

<p>1 楽しく会食すること</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 食事のマナー ● 会食を通して人間関係を深める 	<p>2 健康によい食事のとり方</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 栄養バランスのよい食事 ● 日常の食事の大切さ
<p>3 食事と安全・衛生</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 安全で衛生的な食事の準備や後片付け ● 食中毒予防 ● 自分の健康 	<p>4 食事環境の整備</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 食事にふさわしい環境づくり ● 衛生的な盛り付け ● 環境や資源に配慮
<p>5 食事と文化</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 郷土食や行事食 ● 地域の食料の生産・流通・消費 	<p>6 勤労と感謝</p> <ul style="list-style-type: none"> ● みんなで協力して自主的に活動 ● 感謝の気持ち

～給食室紹介～

調理業務は、「フジ産業株式会社」に委託しています。

社員3名、パート6名で生徒・職員合わせて約570食の調理を行います。

調理員、栄養士、力を合わせて毎日楽しみにされる給食づくりを目指します。

～給食費についてのお知らせ～

給食費は、毎年練馬区教育委員会で検討して決められています。**一食単価323円**です。給食の食材の購入費にあてられていて、調理にかかる施設設備費・光熱水費・人件費は区が負担します。

給食費の引き落としは、1年生は6月から、2・3年生は5月から12月までに行います。また、年間の回数の違いで、学年により一回あたりの引き落とし額が異なりますので、ご注意下さい。詳細については、後日通知します。引き落とし日までにご用意をよろしくお願いいたします。

給食当番の白衣について

生徒は、順番で給食当番を行います。当番の最終日にエプロン、テーブルクロスをご家庭に持ち帰りますので、洗濯をお願いいたします。

栄養摂取量	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g
今月分平均	816	32.2	24.9	372	3.0	310	0.49	0.61	40	6.2	3.1
学校給食摂取基準	820	30(25-40)	22.7-27.3	450	4.0	300	0.50	0.60	35	6.5	3.0