



平成 28 年 4 月 6 日  
 練馬区立豊玉第二小学校  
 校長 佐野 匡  
 栄養士 志摩 啓子



桜の花の便りとともに、今年も新しい学年がスタートしました。ご入学・ご進学おめでとうございます。新しい環境に、子供たちは期待に胸をふくらませ、また不安もちょっぴり抱いていることでしょう。子供たちが1年間、それぞれの力を伸ばして、元気に成長していくために、今年度も学校給食や食に関する指導を通して応援していきたいと思えます。

きゅうしょく

## 給食がはじまりますよ!

今年も給食が始まります。給食でみなさんに心がけてほしいことです。

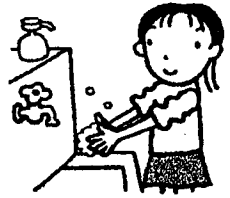
給食当番の人は白衣をきちんと身につけましょう。

クラスのみなが食べるものを扱っているという自覚をもち、衛生に気をつけ安全に給食当番の仕事をしましょう。



トイレをすませ、せっけんでよく手を洗ってから席につきましょう。

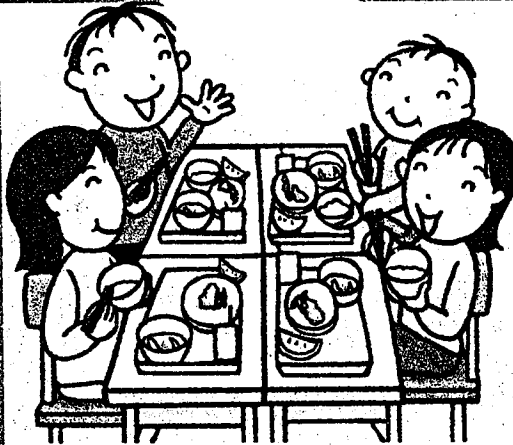
汚れたままの手で食べ物を食べてはいけません。食事前の手洗いはかぜや食中毒を防ぐためにとっても大切です。



「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしっかりとしましょう。

食べ物となった動物や植物の命、そして食事をつくってくれた人への感謝の気持ちを表しましょう。

いただきます



苦手なものや初めてのものでも、ひと口は挑戦して味わってみましょう。

小学生の時期はいろいろな味に親しむための大切な時期です。

きっと新しいおいしさに出会えますよ。

(食物アレルギーの人は注意が必要です)



片づけもきちんとしましょう。

片づけまでがみなさんのお仕事です。調理員さんが気持ちよく後片付けができるように、食器や食べ残しはルールを守ってきちんと返しましょう。



おかずと主食は交互に食べ、「ばかり食べ」にならないように注意しましょう。

給食は、全部食べることでバランスよく栄養がとれます。

「ばかり食べ」は栄養がかたよりやすくなってしまう。また料理とごはんの味を口の中で重ねて味の変化を楽しむのが日本の伝統的な食べ方です。

交互に!



☆1年生の給食は、13日(水)より始まります。献立は豊二小人気メニューのカレーライスです。給食袋(テーブルクロス・ハンカチ)を忘れずに持たせてください。また、給食当番になった子が白衣を持ち帰ります。お手数ですが、洗濯と滅菌のためのアイロンかけをして、週明けに必ず持参させてください。