

給食だより 4月号

令和7年4月7日
練馬区立旭町小学校

新年度が始まりました。「食育」は、知育・徳育・体育の基礎となる大切なものです。食育基本法の前文には、「子供たちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。」とあります。学校の食育の中心は「学校給食」です。安心安全でおいしい給食を通して、子供たちに食のすばらしさを伝えていきます。

学校給食の目標

学校給食では、以下の7つの目標を身に付けられるよう工夫して、献立作成や食に関する指導を行っていきます。

- ①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 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る判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。

出典：学校給食法

4月のこんだてから

16日★旬の食材「たけのこ」 たけのこの旬は短く、この時期だけ新たけのこが食べられます。竹の成長はとても早く、雨が降ると1日に1m近く生育することもあります。たけのこご飯で春を感じましょう。

18日★入学・進級お祝い 皆さんの入学や進級をお祝いして、赤飯を炊きます。赤い色には昔から魔よけの力があるといわれています。ささげという豆の煮汁で色付けして、皆さんの今年一年間の健やかな成長を願います。

給食時間の過ごし方

全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気をつけることが大切です。また、給食は決められた時間内に食べ終えなくてはなりませんので、食べるための時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行いましょう。



給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。

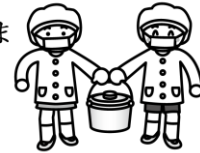
- 髪の毛が出ていませんか？
- マスクから鼻と口が出ていませんか？
- 給食着は清潔ですか？
- 爪は短く切っていますか？
- 手をきれいに洗いましたか？
- 体調は悪くないですか？



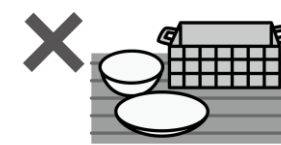
当番以外の人は、机の上を片付け、室内の換気をするなど、食事にふさわしい環境を整えましょう。



熱いものや重たいものは一人で運ばずに、協力して運びましょう。



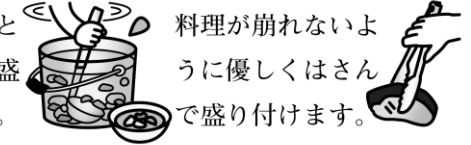
食器のカゴや食缶は、床に置いてはいけません。



一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。

汁物は底からよくかき混ぜて、具と汁を均等に盛り付けます。

トングを使うときは、料理が崩れないように優しくはさんで盛り付けます。



給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

<p>よい姿勢で食べる。</p>	<p>食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。</p>	<p>食事にふさわしい話をする。</p>	<p>食器は大切に使う。</p>
------------------	------------------------------	----------------------	------------------

3月の主な産地

- ・米…青森 ・大麦…国産
- ・牛乳(予定産地)…東京、群馬、岩手、青森、秋田、宮城、北海道、山梨
- ・人参…練馬区、千葉 ・玉ねぎ…北海道 ・小松菜…東京 ・キャベツ…愛知
- ・にんにく…青森 ・生姜…長崎 ・大根…千葉、練馬区 ・ピーマン…宮崎
- ・もやし…栃木 ・ねぎ…千葉、練馬区 ・菜花…東京 ・じゃがいも…鹿児島
- ・れんこん…茨城 ・白菜…茨城 ・里芋…埼玉 ・きゅうり…宮崎
- ・いちご…茨城、静岡 ・清美オレンジ…和歌山
- ・鶏肉…青森 ・豚肉…青森 ・秋鮭…北海道 ・ホキ…アルゼンチン
- ・さば…ノルウェー ・すけとうだら…アラスカ ・ちりめんじゃこ…韓国

