

平成29年度

練馬区立光が丘秋の陽小学校
校長 関川 健
栄養教諭 佐藤 綾子

4月給食だよ!

ご入学ご進級おめでとうございます。

光が丘秋の陽小学校では、食育や地産地消を推進しています。

4月は、1学年ずつ進級しているため3年生は、中学年の量に5年生は高学年の量になっています。はじめは、量が多くなったように感じるかもしれませんが、少しずつ適正量になれていきましょう! 全量食べると、学年に必要な量になります。



1年生は、17日(月)から給食がはじまります。

お子様は好き嫌がなく、いろいろなものを食べることができるようになっていませんか? 給食時間も決められた時間の中で食べなければなりません。17日までに練習してみてください。また、1年生の練習も兼ねているため、17日からの週は、盛りつけがしやすいメニューや果物の皮を剥く練習、ご飯・パン・麺を食べる練習メニューになっています。



☆4月の主な食材使用予定産地(厳選して使用します)牛乳は、千葉・群馬・岩手・宮城

産地	練馬	東京	北海道	宮城	秋田	岩手	神奈川	千葉	茨城
食材名	うど 小松菜	ブルーベリー	ししゃも 玉葱	いわし 鮭	豚肉	鶏肉 あなご	キャベツ ねぎ	人参・ ねぎ	ニラ ねぎ
産地	栃木	埼玉	静岡	愛知	熊本	青森	徳島	長野	長崎
食材名	もやし	なす	かじき 桜エビ	玉葱	デコボン	いか	生姜	しめじ	鱈

4月の給食費引き落とし日は、4月5月の2ヶ月分

5月10日(水)と再振り替え22日(月)です。



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

※早寝をすると朝、しっかりと起きることができます。しっかりと朝食を食べて、元気に学校へ登校してきて下さい!

給食の持ち物

- ①給食袋 (②~④を入れる)
 - ②ナフキン③手ふきハンカチ (給食専用)
 - ④マスク
- * 毎日持ち帰ります。きれいに洗って清潔なものを持ってきてきましょう。

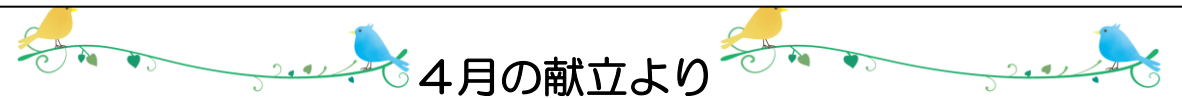
給食着

- ・給食着は給食当番の児童が使います。
- ・当番の児童が金曜日に持ち帰りますので、洗濯後、アイロンをかけて月曜日に必ず持たせてください。ほころびなどがありましたら簡単な補修をしていただけると助かります。

食事前(しょくじまえ)に手を洗(てあら)います。「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつがしっかりとできますか? 正しい姿勢(ただしいしせい)で食べる(た)ことやおはし(ただしくもつ)を正しく持つ(もつ)ことができますか?

朝ごはん(あさ)を欠食(けつしょく)すると勉強(べんきょう)や運動(うんどう)をがんばることができません。朝ごはん(あさ)をしっかり(た)食べると、給食(きゅうしょく)までの時間(じかん)を元気(げんき)に過ごす(すご)すことができます。好き嫌(すききら)いをせず、なんでも(た)食べるように(た)しましょう。きれいな物(もの)でも少し(すこ)ずつ(た)べてみましょう。

給食(きゅうしょく)ではいろいろな食材(しょくざい)を使う(つか)うようにしています。ぜひ、ご家庭(かてい)でもいろいろな食材(しょくざい)を使って色々な味(あじ)に慣(な)れるように(た)しましょう。



練馬区産東京都産の食材を使用しています! 地産地消! です。

- 12日(水) 桜えびのかき揚げうどん・・・旬の桜エビを使用します。
- 13日(木) 東京産の小松菜を使用して、学校で手作りパンを作ります。
- 18日(火) 小平産のブルーベリーを使用してデザートを作ります。
- 25日(火) 東京ウドの鶏肉炒め・・・練馬区の井口さんの畑でとれたうどを使用します。

1年生は、17日(月)から給食です!