

4月給食たより

令和8年4月7日
練馬区立小中一貫教育校
みらい青空学園

ご入学・ご進級おめでとうございます

新しい学年が始まりました。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。学校給食は成長期にある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食事を提供していきます。皆さんにとって給食時間が楽しみになるような献立を考えていきたいと思えます。一年間どうぞよろしくお願いいたします。

学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子供たちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、様々なことを学ぶための時間です。



学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」第二条より抜粋・要約

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p>	<p>2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。</p>	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>
<p>4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p>	<p>5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p>
<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>		

朝食で3つのスイッチオン

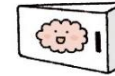


体のスイッチ



朝食は、睡眠中に不足したエネルギーや栄養素を補給することができるので、午前中に元気に活動するための力になります。

脳のスイッチ



ごはんやパンに含まれている炭水化物は、体内でブドウ糖に分解され、脳のエネルギー源になります。

おなかのスイッチ



体は、朝食をとると、腸が動いてうんちがたくなるような仕組みになっています。朝食をとってうんちを出しましょう。



保護者の方へ 学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。……

ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。



給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。……

★給食当番をした週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。袋も一緒に洗濯をお願いいたします。



★ボタンが外れていましたら、補修をしていただくと助かります。補修ができない場合には、補修が必要な箇所をお知らせください。

★給食着を洗濯される際には、香りの強い柔軟剤等の使用を控えていただくようご配慮をお願いします。

★柔軟剤の香りや衛生面での不安、その他のご事情がある場合には、各ご家庭で用意した給食着を使用することも可能です。希望する場合は、担任へご連絡ください。

★給食のアレルギー対応について

練馬区では「そば・ナッツ類」を学校給食で扱わない食材としています。それ以外の食材にアレルギーがあり、学校での対応（宿泊行事等も含む）が必要な場合はお知らせください。