

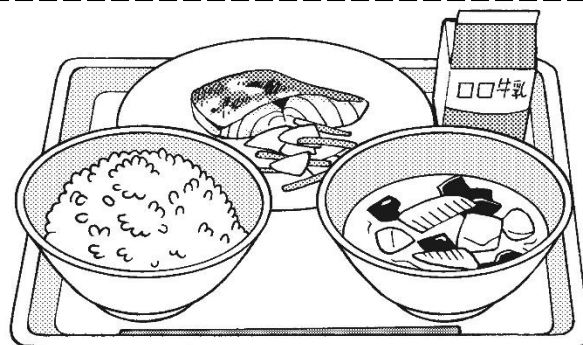
給食だより

2024年4月
片瀬小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます！学校給食は、みなさんの心身の成長と発達のため、徹底した衛生管理のもと、栄養バランスを考へて作られるだけでなく、様々な味を経験し、食事の大切さやマナー、食文化、地産地消など学ぶ教材でもあります。給食室一同、安心・安全な給食を提供できるよう力を合わせて精一杯努めます。どうぞ、よろしくお願いいたします。

おいしい学校給食 学べる

学校給食は、成長期にあるみなさんの心身の健全な発達のために、栄養バランスのとれた食事を提供しています。また、食に関する指導を効果的にすすめるための教材としての役割もあります。



適切な栄養量がとれます！

学校給食は、「学校給食摂取基準」(文部科学省)に基づき、望ましい栄養量を算出して、献立を立てています。具体的

には、カルシウムなどの、家庭での食事で不足しがちな栄養素を、可能な範囲で、学校給食で補うなどの工夫がされています。

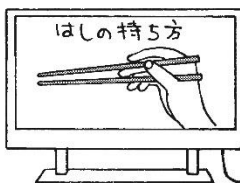
4月 こんだて表



教材です！

給食の時間では、準備から片づけまでの活動を通して、正しい手洗いやはしの使い方などの望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけることができます。

また、授業の導入やふり返りで、献立や食品などが使われていて、教材にもなっています。



食育啓発冊子 大切です！食生活



食習慣は、子どものころの習慣がその後に大きく影響します。生涯にわたり、健康に生活していくことができるようにするためには、子どもに対して食に関する指導の充実を図り、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせることが重要となります。

学校では学校給食を生きた教材として活用し、食に関する指導を行ってきました。子どもの望ましい食習慣の形成のために、「大切です！食生活」を作成しています。子どもたちを健全な食生活に導くために、ご家庭でも活用していただければ幸いです。

QRコードを作成しましたので、
見てください！



白衣に関しまして
給食当番の白衣は共有で使用するため、あまり香りの強くない洗剤・柔軟剤等での洗濯をお願いします。また、消毒のためアイロンがけをお願いします。

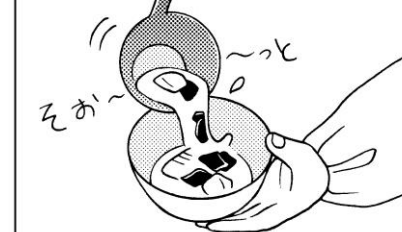


☆献立表のみかた

毎月の献立表には、給食の料理名だけでなく、使っている食材を、体内での働きによる3つのグループも分けて記載しています。みなさんにはふじさわバランストリオ「きーくん・あかどん・みどりん」として紹介しています。給食では、この3つのグループの食品が必ず揃うように、そしてみどりん(野菜グループ)の食品が多くなるように献立をたてています。エネルギーやたんぱく質などの栄養価は、真ん中の学年「4年生」の栄養価を記載しています。他にも給食室からのメッセージやお知らせも書いてあります！ぜひチェックしてみてくださいね♪

日曜	こんだてめい	熱や力のもとになる (エネルギーになる)	体をつくる (血・肉・骨になる)	体の調子をととのえる (病気をふせく)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分 (g)
	あげパンでスタート	黄	赤	緑	
10水	あげパン ウィンナーとやさいのスープに バナナ ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう じゃがいも	ベーコン ウィンナー ぎゅうにゅう	セロリ たまねぎ にんじん コーン キャベツ パナナ	640 20.6 30.5 2.2

大丈夫だよ～



給食当番の健康&衛生チェック

感染症予防のため、健康や衛生チェックをして、体調が悪い時は先生に伝えて当番をかわってもらいます。

□下痢はしていない



□発熱、腹痛、おう吐
はしていない



□衛生的な服装をし
ている



□手をきれいに
洗った

