



4月食育だより



ご入学・ご進級おめでとうございます

暖かい日が続き、春の花だよりも届きました。それぞれ希望に胸をふくらませ、新しい一歩を踏み出したことと思います。今年度も、地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全面、衛生面に気を付けながら、子供たちが楽しみにしてくれるような、おいしい給食作りに努めてまいります。よろしくお願いいたします。

学校給食について

～こんなことに気をつけています

食材

地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。



献立

行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。



調理・衛生

野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。



給食開始日

4月8日（火曜日）から給食が始まります。

新1年生は、4月14日（月曜日）からです。

お子様が給食当番のときは、マスクの準備をお願いいたします。



毎月献立表を配付しています。今日の給食は何か？と献立名を見るだけでなく、どのような食べ物が使われているか、黄、赤、緑の食べ物のどれになるのかも見るといいですね。保護者の方は、お子様と一緒に見ていただき、そこから食の話題が広がると嬉しいです。



食物アレルギーはありませんか



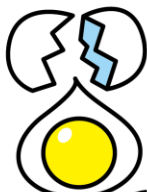
食物アレルギーは、食べ物に含まれるたんぱく質などによって皮膚のかゆみやじんましん、口の中の違和感、咳、腹痛や下痢、吐き気など様々な症状が引き起こされ、時に呼吸困難等のアナフィラキシーショックを起こすことがあります。気になる症状がありましたら、早めに専門機関を受診するようお願いいたします。また、給食について除去食等の対応を希望される場合は、学校にご連絡ください。

た
食べものはたらき
3つにわけてみよう!

た からだ
食べものは、体へのはたらきによっ
て、3つにわけられます。下のえい
ようれっしやのはたらきを見なが
ら、きいろ、あか、みどりのなかまにわ
けて、○の中をぬってみましょう。



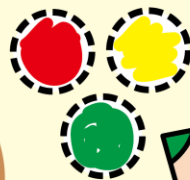
たまねぎ



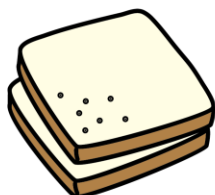
たまご



あめ



しいたけ



パン



ぎゅうにゅう



キャベツ



にく



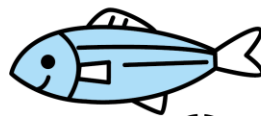
にんじん



トマト



あぶら



さかな



とうふ



みかん



じゃがいも



ごはん



きいろのなかま

おもにエネルギーの
もとになる食べもの

あかのなかま

からだ
おもに体をつくる
もとになる食べもの

みどりのなかま

からだ ちょうし
おもに体の調子を
ととのえる
もとになる食べもの

こたえ

★きいろ … あめ パン あぶら じゃがいも ごはん

★あか … たまご ぎゅうにゅう にく さかな とうふ

★みどり … たまねぎ しいたけ キャベツ にんじん トマト みかん