

4月 給食だより

令和5年4月18日
北区立谷端小学校
校長 清水 智子
学校栄養士 米山千里
*毎月19日は食育の日です。

ご入学・進級おめでとうございます

元気いっぱいの1年生30人を迎え、新年度が始まりました。
新しいクラス、新しい先生、新入生の入学で出発した4月です。
これからどんな1年になるか、ワクワクがいっぱいですね。
笑顔で「おはよう」とあいさつをして、気持ちのよい1年を
スタートさせましょう。



今年も給食室からみなさんへ「安全・安心・安定」した給食をお届けします。調理員、栄養士で力を合わせてがんばります。どうぞよろしく願いいたします。

===== 学校給食のご紹介 =====



学校給食は、子どもたちに必要な栄養を満たす献立となっています。特に現在の食生活で不足しがちな「カルシウムや鉄」が多く含まれている一方、「食塩」は小学生2.0g、中学生2.5gと控えめに設定されています。これから給食だよりで調理や味付けの工夫を紹介していきます♪

学校給食・食育でできること

- ☑ 食への関心を高める
- ☑ 栄養バランスの整え方を学ぶ



- ☑ 食に携わる人・産業・社会を学ぶ

- ☑ 食事のスキルを高める



楽しい給食時間にするために

給食時間を楽しく過ごすために、守ってほしいお約束があります。
少しずつ覚えていきましょう。

手洗い



石けんで手洗いをして、手についている汚れやウイルスをしっかりと取り除きましょう。
手に水がついていると、食べ物に飛び散ってしまうかもしれません。きれいなハンカチ
でふきましょう。

給食当番

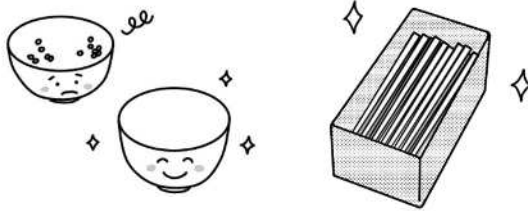


できているかな？

- 爪は短く切っている
- 髪の毛を帽子に入れている
- 手をきれいに洗っている
- マスクを鼻までつけている

※給食白衣を持ち帰りましたら、洗濯・アイロンを
かけて持たせてください。よろしくお願いします。

片付け



食器をぴかぴかにする

はしの向きをそろえる

牛乳パックを洗って開いてリサイクル



みなさんは1年間で何回給食を食べているでしょう？

- ① 120回 ② 150回 ③ 195回

