



4月 給食だより

令和6年



うららかな春の日差しのもと、新学期が始まりました。環境が変わることの時期は、緊張や不安で体調を崩しやすい時期でもあります。睡眠をしつかりとり、朝ごはんをしっかりと食べて、元気に登校しましょう。(2~6年生は9日、1年生は15日から給食が始まります。)



【学校給食の内容について】

* 主食

- ・ごはん(月・水・木曜日)
- ・めん(火曜日)
- ・パン(金曜日)

米は古河市産コシヒカリを使用しています。(月1回程度、麦ごはんを実施します。)

めん(ソフトめん)は茨城県産の小麦粉を使用しています。(中華めんやスパゲッティも実施します。)

学校給食の配合で作られています。基準のパン(コッペパンや食パン)は、主食としておかずの味をそこなわないように、甘みをおさえた素朴な味わいです。

* 副食(おかず)

- ・飲み物
- (牛乳、はつこう乳など)

家庭でどりににくい食品(豆類・海そり類・いも類)や、不足しがちな栄養素も摂取できるように工夫しています。

また古河市や茨城県産の新鮮な野菜や畜産物を活用したおかずをとり入れ、地産地消にも力を入れています。

人気のあるおかずはもちろんのこと、季節感を大切にし旬の食材を使用したおかずや行事食などを組み合わせて献立を考えています。

牛乳やはつこう乳を飲むことで、筋肉や骨、血液をつくるために必要な栄養素のカルシウムやたんぱく質を効率よくることができます。(※体調や食物アレルギーなどに注意して飲みましょう。)

学校 給食の 目標

適切な栄養の摂取により、健やかな体と心を育む。

感謝の気持ちをもって、食事をいただきことができる。

他人のことを考えて思いやり、学校生活を豊かなものにする。

給食当番は、給食を楽しく、おいしく、そして安全に食べるためには、とても大切な仕事です。

トイレを清ませ、せっけんを使つて手を洗つてから白衣に着替えよう!

マスクは鼻と口をしつかり覆うようにつけよう!

トイレを清ませ、せっけんを使つて手を洗つてから白衣に着替えよう!

白衣は1週間の当番が終わったらゴムで結んでから、帽子をかぶろう!

白衣を着たら、壁に寄りかかったり、ふざけたりしては、ダメだよ!

白衣を着たら、白衣は具と汁のバランスを考え、よくかき混ぜながら盛りつけよう! できぱきと盛りつけをしよう!

白衣は1週間の当番でおしゃべりをせず、当番同士でおしゃべりをせず、当番も安全でおいしい給食を提供していきます。学校給食の時間を通して、

たくさんのお食べ物を知り、様々な味の経験を積んでいきましょう。

白衣は1週間の当番が終わったらゴムで結んでから、帽子をかぶろう!

白衣を着たら、白衣は具と汁のバランスを考え、よくかき混ぜながら盛りつけよう! できぱきと盛りつけをしよう!

白衣は1週間の当番が終わったらゴムで結んでから、帽子をかぶろう!

白衣は1週間の当番が終わったらゴムで結んでから、帽子をかぶろう!

白衣は1週間の当番が終わったらゴムで結んでから、帽子をかぶろう!

(保護者の皆様)ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

本年度も安全でおいしい給食を提供していきます。

