

# きゅうしょくだより

ひと いっしょ よ  
おうちのひとと一緒に読みましょう

## ☆ ご進級おめでとうございます ☆

あたた ひざ つつ しんねんど  
暖かな日差しに包まれて、新年度がスタートしました。あたら きょうしつ あたら せんせい あたら  
友達との出会いに胸を膨らませていることでしょう。

きゅうしょく ねんかん げんき す しよく たいせつ し  
給食ではこの1年間を元気に過ごせるように、食の大切さについてお知らせしていきます。



## 学校給食の目標

- \* 適正な栄養の摂取による健康保持増進を図ること。
- \* 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活をいとむことができる判断力を培い、および望ましい食習慣をやしなうこと。
- \* 学校生活を豊かにし、明るい社交性および協同の精神を養うこと。
- \* 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命および自然を尊重する精神ならびに環境を保全に寄与する態度を養うこと。
- \* 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度をやしなうこと。
- \* 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化について理解を深めること。
- \* 食料の生産、流通および消費について、正しく理解に導くこと。

がっこうきゅうしょくほう  
一学校給食法より



## あさ ごはん を しっかり食べよう!



あさ ごはんはパターン化してもかまいません。まったく食べていない人は、まず少しでも食べる習慣をつけましょう。また食べていてもバランスのそろわない人は、何か一品プラスしましょう。

- ☆ 朝ごはんを食べないと脳に栄養が回らず、集中力に欠けボーっとしてしまう。
- ☆ 体がだるくなって元気に遊ぶことが出来なくなってしまう。
- ☆ 空腹でイライラする。
- ☆ 昼ごはんが早食いになり肥満の原因になる。

## お知らせ

## お願い

### ～給食費について～

1か月4,300円です。1年生は13日から「ミニ給食」が始まります。なお、4・5月分は5月に2か月まとめて引き落とされます。1年生は4月の給食費が日割り計算になります（ミニ給食は単価計算します。その金額については後日学校より配布されます。）

### ～食物アレルギーについて～

毎月ご家庭に予定献立表をお配りしていますが、献立表に記入していない材料を使用したり、献立が変更になったりすることもあります。食物アレルギーなどの理由で、除去食などのご相談がある保護者の方は、担任までお申し出ください。

### ～給食停止と返金について～

継続して5日以上給食を食べないと事前に分かっている場合、その分の給食費を返金します。長期欠席の場合は「給食停止の願い」を担任までご連絡ください。注文の取り消しには2～3日かかるものがあります。早めにご連絡ください。

## 給食調理員さんです

うしじましょうがっこう きゅうしょく つく  
牛島小学校の給食を作ってくださるのは

メリックス株式会社の調理員さん8名です。

いつも真心を込めて調理してくださっています。

感謝の気持ちを込めて「おいしかったです。」

「ごちそうさまでした。」のあいさつをしましょう。



### ～献立について～

学校給食では、子どもたちの健康な体と心を育てるため「学校給食」とおして「食育」について学びます。そのため、旬を味わう献立や食材に触れ合う行事、郷土料理など、様々な工夫を考えた献立が登場します。また、毎年6月は「食育の月」毎月19日は「食育の日」です。

### ～はしとナフキンの使用について～

はしとナフキンは、毎日清潔なものを必ず持たせてください。箸は、ほぼ毎日使います。ナフキンは食事の雰囲気作りだけでなく机の汚れを食べ物に入れないように防ぐものです。名前の記入も忘れずをお願いします。

### ～給食エプロンについて～

給食当番になると、エプロン等を持ち帰ります。ご家庭で洗濯をお願いします。いままでもご家庭で、多くの修理をしていただきました。ありがとうございます。今年も、ゴムなどの交換や繕い等もよろしくお願いします。

### 27年度給食予定実施日

○1学期 4月10日～7月15日  
(1年生は4月13、14日ミニ給食・15日給食開始)  
【6/3(水)は市内陸上大会のため全学年給食なしお弁当持参、6/4(木)陸上大会予備日のため6年生全員・4・5年生選手はお弁当持参(3日に実施した場合は全学年給食あり)】

○2学期 9月2日～12月21日  
○3学期 1月12日～3月18日

今年度も安心安全でおいしい給食を目指します。また食についてもお知らせしていきます。よろしく願いいたします。

栄養士 三好 みどり