

食育だより

今月の食育目標

楽しく給食を食べよう

ご入学・ご進級おめでとうございます。学年が上がり、新しい友達や先生と出会い、新たな生活がスタートする季節となりました。「給食だより」では、学校での食育の取り組みや食べ物に関することなどをお知らせします。お子様と一緒にご覧いただき、家庭でも食について話題にしてみてください。

4月は、15日に「花見献立」としてちらしずしや花見だんごを実施します。また、22日にはみなさんの入学・進級をお祝いする「入学・進級祝い献立」が実施されます。

しんねんどじゅんび

新年度の準備をしよう！

学校給食は、これから成長期に入る子どもたちが心も体も元気に過ごせるように考えられています。また、健康的な食習慣を身につけるだけではなく、行事食や郷土料理、地域の産物などについて知ることや、食にかかわる人への感謝の気持ちを持てるようになることを目指しています。

2～6年生は10日から、1年生は14日からいよいよ給食が始まります。



【はしセット・ナフキン・マスク】

・はしセットの中に、箸・フォーク・スプーンの3点が入っているか、名前がついているか確認しましょう。

(1年生は、入学時に6年間使用する箸が配布されます。)

※今年度より箸セットを忘れた際に使用できるように、ランドセルに割り箸を入れておいてください。

・給食の時間には机にナフキンを引いて、食器を置きます。名前がついているか確認しましょう。

・給食の配膳やおかわりは、マスクを着けて行います。忘れた際に使用できるように、ランドセルに2～3枚入れておくと安心です。

【安全においしく食べるために】

食べ方によっては、食べ物のがのどにつまり、苦しい思いをしてしまいます。安全においしく食べるために、「口に入れやすい大きさにする」、「よく噛む」、「水分をこまめにとる」、「口の中に食べ物を詰め込みすぎない」を意識して食べましょう。

★のどにつまりやすい食べ物★



だんご



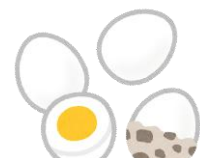
もち



いも



パン



うずら卵

たべまるをタップして、レシピの検索画面に「たべまる給食」と入れると、学校給食の人気メニューのレシピを見ることができます。

ぜひ、ご家庭でも作ってみてください。

