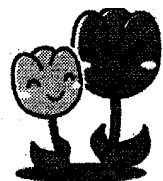


# 食育だより

平成27年  
4月



八王子市立 山田 小学校

ご入学・ご進級

おめでとうございます

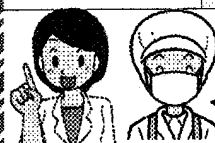
給食は、栄養をとるためだけでなく、子どもたちの心身の成長を支えます。そして、食事の準備や片付けを身につけること、よりよい食習慣を養うこと、食文化や地域の食材を学ぶこと、感謝の心を育てることなどの「学校給食の目標」にそって、行われています。みんなで楽しく給食を食べながら、身につけていきましょう！

## 給食室を紹介します！

栄養士

調理業務

(株)レクトン  
今年度より調理業務が民間会社に委託になります。給食の内容や学校の給食室から作りだす給食を提供することに変わりはありません。

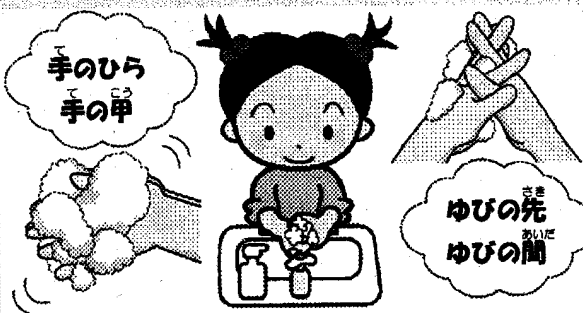


おいしい給食を心をこめて作ります！しっかり食べて元気にすごしましょう！

# みんなで守ろう！給食のやくそく

## きれいに手を洗おう！

食事の前、トイレの後、そうじの後、外から帰った後はかならず手を洗い、きれいなハンカチでふこう！



## 身だしなみをきちんとしよう！

給食当番は、白衣を着て、帽子をかぶり、マスクをします。身だしなみができたあとは、トイレに行ったり遊んだりしないでね。



かみのけは、ぼうしのなかにいれよう。

マスクは、はなからくちまでをおおうよ。

ボタンはぜんぶとめる

## 保護者の皆様へおねがい！



給食当番になると、週末に白衣を家に持ち帰ります。洗濯、アイロンがけ、ボタンなどの

ほつれがありましたら繕いをして、週の初めに持たせてください。ご協力よろしくおねがいいたします。

献立表、食育だよりでは献立の内容や食材、食育の取組などをお伝えしています。

また、学校のHPでも毎日の給食を公開しています。あわせてぜひご覧ください。



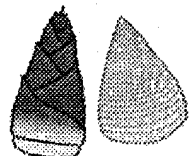
保護者の皆様にご負担いただく給食費は食材の購入に充てられています。お子様が毎日安全でおいしい給食を食べられるよう、給食費の納入をお願いいたします。

## 4月の旬の食材メモ

旬

春キャベツ

たけのこは、名前の通り、竹の子です。竹の若い芽です。掘り起こさずにそのまま成長させると、たけのこは立派な竹になります。たけのこは10日ほどで竹になるほど成長が早いため、4月から5月連休くらいまでの短い間だけが旬です。



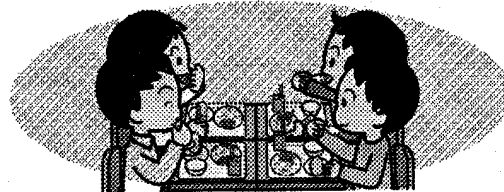
春キャベツは、葉がやわらかく、生で食べても甘味があります。給食では生では食べられないので、春キャベツをたっぷりのスープや、ポイルサラダなどで食べます。

キャベツはギリシャの数学者ピタゴラスさんがその効用を説いたほど栄養まんてんの野菜です。



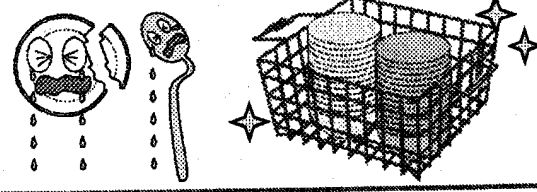
## 食事のマナーに気をつけよう！

食べる姿勢や食方、食事のお話などに気をつけて、まわりのお友達も楽しく気持ちよく食べられるようにしましょう。



## 食器や食缶を大切にしよう！

食器や食缶は、みんなで使います。次の人も気持ちよく使えるよう、大切にしましょう。そしてきれいに片づけよう！



楽しい給食時間をすごせるよう、みんなで力をあわせよう！  
しっかり食べて、元気にすごしましょう！