



4月給食だより

2021年4月
調布市立第三小学校
校長 辻 久恵
栄養士 湯本 歩

ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りにつめていきます。1年間よろしくお願ひ致します。

学校給食の役割

栄養バランスのとれた豊かな食事を提供する事で、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。



給食時間における準備から片付けの实践活动を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。



給食は、栄養バランスの良い食事のお手本です!

主菜 魚、肉、卵、大豆・大豆製品など、おもに体をつくるもとになる食品を多く使ったおかず

牛乳 骨や歯をつくるもとになるカルシウムを多く含む

主食 ごはんやパン、めん類など、おもにエネルギーのもとになる食品

副菜・汁物 野菜、きのこ、いも、海藻類など、おもに体の調子を整えるもとになる食品を多く使ったおかずや汁物

【給食室の紹介】

給食調理業務は、調理員 有住・熊谷・松浦・伊藤・サラム・法福の6名が行います。

栄養士 湯本は4月中旬から産休に入ります。献立作成や食材の発注などは栄養士 小前が担当します。よろしくお願ひいたします。

※ 下線は、今年度転入者です。



窓やドアを開けて教室を換気しましょう。

換気

机の上をきれいに片づけましょう。

せっけんで手をきれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふきましょう。

手の甲 手のひら 指の間 手首

給食当番は、身支度をしっかり整えましょう。

※発熱・腹痛・下痢・吐き気があるなど体調が悪い場合、給食当番はできません。

給食当番以外の人は、席で静かに待ちましょう。

「いただきます」のあいさつをしてから、マスクを外しましょう。

いただきます

姿勢よく、前をむいて静かに食べましょう。

※食べているときは、なるべくしゃべりません。

食べ物は食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。

かむ かむ

※早食いや詰め込み過ぎは、食べ物のどに詰まり窒息する危険があります。

苦手な食べ物でも、ひと口食べてみましょう。

ぱくつ

決められた時間内に、食べ終わるようにしましょう。

「ごちそうさまでした」のあいさつをする前に、マスクをしましょう。

ごちそうさまでした

食べ残しは、それぞれの食缶に戻し、食器は種類ごとに重ねましょう。