

きゅうしょくだより

令和6年4月8日
江戸川区立篠崎第五小学校
校長 山田 勇一郎
栄養士 本多 遼太郎



ピカピカの新入生を迎え、ついに新年度が始まりました。それぞれ希望に胸を膨らませ、新たな一歩を踏み出したことと思います。

今年度も給食室では、栄養バランスのとれた食事でももたちの健やかな成長を支えるため、安心・安全に気をつけ、心のこもった給食を作っていきます。また、毎月、献立表と給食だよりをお配りし、給食や食材のことを紹介していきますので、ぜひご家庭でも、給食のことを話題にしていただけましたら幸いです。

これから1年、どうぞよろしくお願いいたします。

☆給食室からのお知らせ☆

今年度より、栄養士業務と調理業務を株式会社東京天竜が務めさせていただきます。

栄養士と調理室が一丸となって、食事の面から子どもたちの成長をサポートできるよう、取り組んでまいります。

また、献立作成や食材の発注については、栄養士の本多が行います。よろしくお願いいたします。

☆栄養士からご挨拶☆

今年度より、篠崎第五小学校で栄養士を務めさせていただきます、本多 遼太郎です。子どもたちが健康で元気に成長していけるように、栄養バランスのよい、安全で美味しい給食を作っていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

調理員と栄養士で力を合わせて、子どもたちがわくわくするような給食を作ります！



学校給食の役割

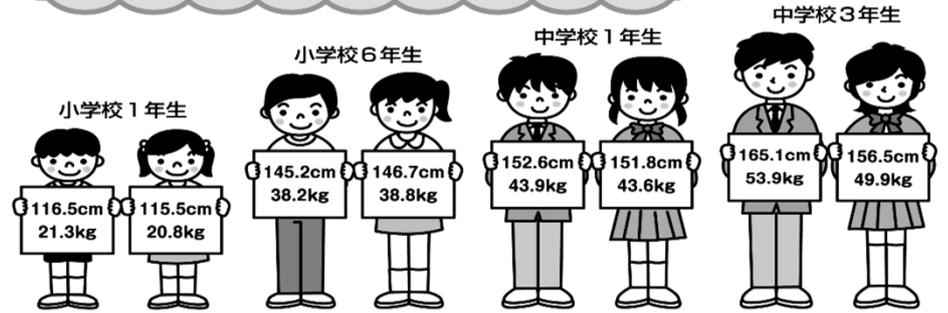


学校給食の献立は、文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づいて作成されています。この基準では、子どもたちが1日に必要な栄養量の1/3程度を基本とし、日頃の食事で不足しがちなカルシウムや鉄、ビタミン類、食物繊維がしっかりとれるよう、基準値が決められています。

このように給食は、お腹を満たすだけでなく、栄養バランスのとれた豊かな内容で、成長期にある子どもたちの健康や体づくりをサポートする役割があります。

心身ともに大きく育つ成長期。
食事からさまざまな栄養をとることが大切です。

いよいよ始まる給食。クラスメイトとの食事を楽しみながら、使われている食材に着目したり、苦手なものにもチャレンジしたりするよう、お声がけいただけますと幸いです。



※数字は、上が身長・下が体重の平均値 (文部科学省「平成27年度学校保健統計調査」より)



4月の給食目標

準備や後片づけを上手にしましょう

いよいよ、給食が始まりますね。給食では、毎日いろいろな料理が登場します。皆さんに楽しんで食べてもらえるよう頑張ってお作りしますので、楽しみにしてください。さて、給食をよりおいしく、楽しく食べるためには、クラスみんなで力を合わせて準備をすることが大切です。そして食べ終わったら、感謝の気持ちをこめて後片づけをしましょう。準備や後片づけを上手にするポイントを紹介するので、チャレンジしてみてくださいね！



てをきれいに
あらいましょう

あらったあとは、ハンカチでふくのもわずれず！



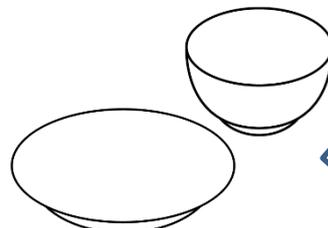
はし・スプーンは
むきをそろえます

かごにもどすときは、むきをきれいにそろえましょう。



ランチョンマット
はひいたかな？

てをあらったら、ランチョンマットをひいてまちましょう。



おさらは
ていねいにつか
いましょう

おさらは、われるときけんです！りょうてではこびましょう。