



給食だより

令和7年4月15日 No.1
江戸川区立小松川中学校



ご入学・ご進級おめでとうございます！

新学期が始まり1週間ほどが経ち、学級の友人と協力して給食の時間を過ごしている姿が見られます。子供たちが楽しみにしてくれるような美味しい献立作成、食を通して日本文化や世界の料理にふれる機会を作っていきたいと考えています。

給食スタッフの紹介

栄養職員（献立作成）：三浦 美乃

調理業務委託会社：協立給食株式会社

調理スタッフ：社員4名・パート7名 1日11名で作ります。

給食室入口に調理スタッフの紹介をしています。ご来校の時に確認ください。



今年度も1年間、お子さまの成長や健康を考え、「安全・安心で美味しい給食作り」に努めて参ります。栄養職員・調理員一同、力を合わせ頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

元気の合言葉！！

早寝・早起きを心がけて、十分な睡眠時間をとることは健康の基本です。育ち盛りの中学生にとって栄養バランスのとれた食事はとても大切です。特に朝食は一日の活動源になります。朝食をとることで体温を上昇させ、脳を活発に働かせます。ぜひ、朝食をとってから登校する習慣を身に付けてください。



朝ごはんをステップアップ！！

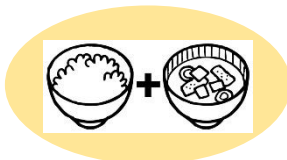
食べる習慣がない人

まずは、主食を食べることを目指しましょう。



主食を食べている人

主菜・副菜・果物・牛乳・乳製品から食べやすいものを1品プラスしましょう。



主食+1品食べている人

さらに1品追加しましょう。主食・主菜・副菜をそろえると、栄養バランスが整いやすくなります。



白衣について～お願い～

給食当番を行った週末に、お子さまが白衣を持ち帰ります。ご家庭で洗濯・アイロンがけをしていただいた上、翌週の月曜日に持たせてくださいますようお願いいたします。

※学級で使用しますので柔軟剤などの、においの強いものの使用はお控えください。