



# しよく いく 食育だより



2024年4月  
新井北小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。食育だよりでは、ご家庭にお伝えしたい「食」に関するさまざまな情報を発信していきます。1年間よろしくお願ひいたします。



## 学校給食について



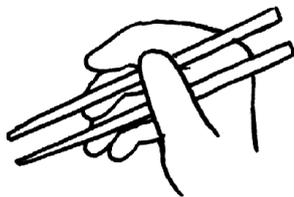
給食は学校での教育活動の一環で、正しい食習慣を学習する「教科書」の役割をしています。給食を通して、日常生活に必要な衛生や協力することの大切さ、食事マナーや感謝する心などの知識や習慣を学習することができます。

正しい食事マナーを身に付けましょう

栄養バランスのよい食事をしましょう



正しい姿勢



はし等を正しく持つ



### 給食内容紹介

#### 主食

- お米は、妙高産コシヒカリを使用しています。
- ごはん、こめこパン（月1回）、麺（月2回程度）などの主食が出ます。

#### おかず

- 和食、洋食、中華を組み合わせ、バラエティに富んだ食事内容を工夫しています。
- 化学調味料を使用せず、だしはだし節や昆布、鶏ガラなどでとります。
- 家庭で不足しがちな野菜類、いも類、豆類、種実類などを多く取り入れています。
- 妙高産の野菜をできる限り取り入れています。

#### 牛乳

- ほぼ毎日つきます。
- 飲むヨーグルト（発酵乳）などが時々つきます。



## 保護者のみなさまへ

給食着は、当番制でクラスのみんが使います。お子さんが、持ち帰ったら洗濯とアイロンがけをして翌週始めに持たせてください。また、ボタンが緩んでいる場合は、つけ直しなどをお願いします。



子どもたちのためにおいしい給食作りを一生懸命がんばります。今年度もどうぞよろしくお願ひいたします！



### 給食スタッフ紹介

調理員 株式会社メフォス  
栄養教諭 岡田小野江