

4月食育だより

令和4年度 4月号
川口市立十二月田小学校

ご入学・ご進学おめでとうございます。花の便りが各地で聞かれる季節になりました。いよいよ新年度のスタートです。1年生のみなさんはいろいろな「はじめて」が多いですね。

その中の一つに学校給食があります。

子どもたちが元気に学校生活を送れるように安全・安心に留意し、子どもたちが楽しみにしてくれるようなおいしい給食作りに努めていきます。ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

新しい生活様式を踏まえた

給食時間の約束



| | | |
|---|----------------------------------|--|
| <p>教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。</p> | <p>給食の前後に、せっけんできれいに手を洗いましょう。</p> | <p>給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくを整えましょう。</p> <p>元気 清潔</p> |
| <p>マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしまいましょう。</p> | <p>姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。</p> | <p>食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。</p> |

給食当番の衛生チェック

髪の毛が出ないように帽子をかぶる

髪が長い人は結びましょう

マスクで鼻と口をおおう

手はせっけんできれいに洗う

爪は短く切っておきましょう

清潔な白衣（エプロン）を身に着ける

清潔なハンカチを用意する

おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。

白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

学校給食について



学校給食とは



「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材の役割も担っています。

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

| | | |
|--|---|----------------------------------|
| <p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p> | <p>2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。</p> | <p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p> |
| <p>4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p> | <p>5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</p> | <p>6 伝統的な食文化を理解する。</p> |
| <p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p> | | |



給食レシピ

春の彩りソテー



【材料：給食4人分】

- にんじん.....5cmほど
- キャベツ.....2枚
- とうもろこし(缶詰でも可).....大さじ3
- グリーンアスパラガス.....1本
- 炒め油.....適量
- 塩.....少々
- こしょう.....少々
- コンソメのもと.....少々
- こいくちしょうゆ.....少々

【作り方】

- ① 野菜の下処理をしておく。にんじん(ささがき)、キャベツ(1cm)、グリーンアスパラガス(斜め切り2cm)。
- ② 小鍋に炒め油を入れて、にんじん、キャベツ、アスパラガス、とうもろこしを入れて炒める。
- ③ 調味料を入れて味を調える。

彩りのよい春野菜をソテーにしたレシピになります。

