

# 4月 給食だより

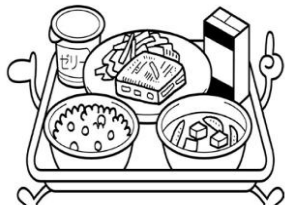
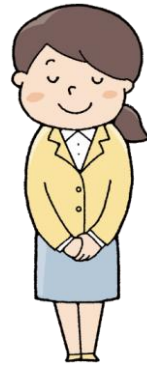
新座市立栄小学校

令和8年4月

ご入学・ご進級おめでとうございます。  
それぞれが希望に胸をふくらませ、新たな一歩を踏み出す日を迎えました。

学校給食は、先生や級友たちとバランスのとれた食事をすることで、心身の健康増進することを目指しています。日々の給食を通じて、栄養管理はもちろん、食べることの楽しさや大切さを伝えられたらと考えています。

栄小学校では、栄養士と「調理業務委託会社メフォス」から派遣された調理員6名によって、毎日の給食を提供しています。メンバー一丸となり、今年度も衛生的でおいしい給食づくりに励んでまいります。どうぞよろしくお願いたします。



**2年生～6年生は4月10日  
(金)、1年生は4月15日(水)から給食が始まります♪**

学校給食には次の7つが目標として掲げられています。

〔学校給食法〕第2条より

<p><b>4</b> 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>	<p><b>5</b> 食生活が食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p>	<p><b>6</b> わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p>	<p><b>7</b> 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p>
<p><b>1</b> 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> <p><b>栄養</b></p>	<p><b>2</b> 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及ぶ望ましい食習慣を養うこと。</p>	<p><b>3</b> 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p>	<p><b>献立表</b></p>

## 安全にすばやく！ 給食の準備をすること

給食当番はしやべらずにすばやく身支度をしよう

衛生面に気をつけて1人分の適量を盛りつけよう

当番以外の人は配せんが済んだら座って待とう



## 給食当番の身支度

髪の毛が出ないように帽子をかぶろう

マスクをきちんとつけよう

つめは短く切っておこう

石けんを使って手を洗おう

清潔な白衣を着よう

ハンカチを持とう

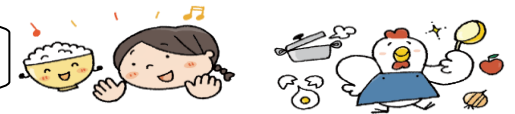
給食当番になった人は、給食の準備をする前に給食当番としてふさわしい清潔な身支度をしているかどうかを確認しましょう。

## 給食の持ち物チェック表

- ハンカチ
- ランチョンマット
- 歯ブラシ
- コップ
- マスク



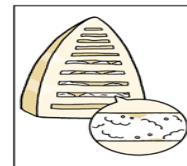
## 献立表確認のお願い



## 給食で初めて食べる食材はありますか？

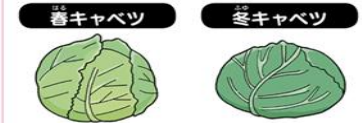
食物アレルギーは、乳児がもっとも多く、年齢が上がると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずは、家庭で食べることをおすすめします。

## たけのこの中にある白い粉は食べられる？



たけのこの切り口についている白い粉のようなものは、チロシンというアミノ酸の一種で、うまみ成分です。ホルモンや神経伝達物質の生成にかかわっています。洗い流さないようにしましょう。

## 季節によって違いがあるよ



**夏キャベツ**  
葉は、みずみずしくてやわらかいのが特徴です。軽くて巻きは緩めです。生食に向いています。

**冬キャベツ**  
葉は厚く、巻きはかためて形は平たいものが多い特徴があります。甘みがあり、煮込み料理に向いています。