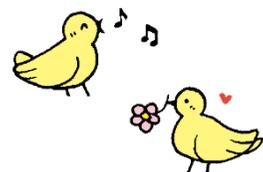


給食だより 4月号

令和6年4月
豊春中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。

学校給食は、子どもたちの成長を考えて、エネルギー量や栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れてつくっています。また、安全安心な給食を提供できるように細心の注意をはらっています。今年も1年間、よろしくお願いします。



給食が始まります！

安全安心でおいしい給食をつくります！

給食室では、衛生面に十分配慮して調理を行っています。今年度も豊春中学校の給食は、(株)東洋食品のみなさんが調理してくださいます。栄養士と一緒に力を合わせ、安全で愛情のこもった給食を作ります。どうぞよろしくお願いします。



＝ 学校給食の目標 ＝

- ①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ②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、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③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。
- ④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。
- ⑤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。
- ⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化について理解を深めること。
- ⑦食糧の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

学校給食法より



朝ごはんをしっかりと食べましょう

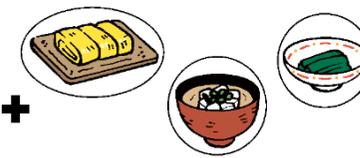
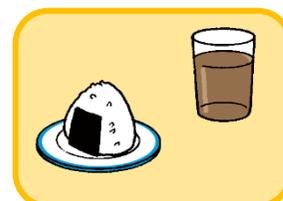


頭と体を目覚めさせる朝ごはん効果

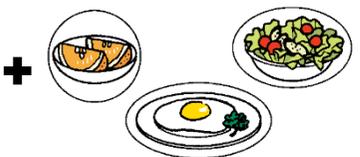
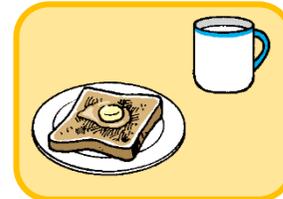
朝ごはんは、目覚めたばかりの脳の働きを活発にします。起床時の脳や体はエネルギーが切れた状態です。そのため、しっかりとエネルギーを補給することが大切になります。

わたしたちの体には、時計遺伝子という仕組みがあり、朝ごはんを食べることで1日の活動をスムーズに始めることができるようになります。子どもたちと一緒に朝ごはんをきちんと食べることの大切さを、改めて見直してみてもいかがでしょうか。

いつもの朝食にプラス1品



主菜・副菜などをもう1品
プラスしてみましょう。



子どもたちは学校で勉強に運動にフル活動です。元気に充実した学校生活を過ごすためにも、朝食をしっかりと食べて登校することが大切です。まずは、何か食べさせることが基本ですが、栄養のバランスにもご配慮くださいますよう、お願いいたします。

おしらせ

毎月、ご家庭に予定献立表をお配りしていますが、ここに記入されていない材料を使用したり、献立が変更になったりすることもあります。食物アレルギーなどの理由でご相談のある保護者の方は、担任までお申し出ください。

また、病気等の理由で連続して5日以上給食を食べないことがあらかじめ分かっている場合には、担任を通じて連絡してください。