



文責：栄養教諭 中村 雅子

～今月のテーマ～
がっこうきゅうしょく
学校給食のしょうかい



●●●きゅうしょくがはじまります●●●

いよいよ給食がはじまりますね。

給食室では、みなさんが楽しみに待っていてくれるような給食を、心をこめて作っていきます。

しっかり食べて、『こころ』も『からだ』も大きく成長してくださいね。

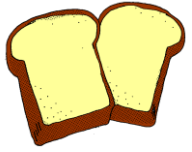


ごはん (月・水・木)
げつようび すいようび は
月曜日と水曜日は
むぎ 麦ごはんです。混ぜ
ごはんも作ります。
つか 使っているおこめは
くまもとけんさん 熊本県産です。



ぎゅうにゅう
まいにち 毎日200ccが1本
ほん ほん
つきます。カルシウム
たっぷりです!

パン (火・金)
しょくパンのほかに、ミルクパン、かぼち
やパンなど種類もたくさん。もちもちしてお
いしい米粉パンもあります。



おかず
わ よう ちゅう
和・洋・中のバラエティにとんだ
りょうり ぎょうじしょく きせつ しょくざい
料理、行事食や季節の食材もた
くさんとりいれています。

がっこう きゅうしょく 学校給食でとりにくんでいること

- **給食の栄養**
がっこうきゅうしょく しょくじないよう は、がっこうきゅうしょくせつしゅきじゆん「学校給食摂取基準」にそって1日の約1/3の栄養がとれるようにしています。
かてい ふそく しよくひん てつぶん 家庭で不足しがちなカルシウムや鉄分は1/2が摂取できるように献立を作っています。
- **地産地消にとりにくんでいます**
ねんかんやく 30品目の市産品が登場します。
- **ひごまるデー (食育の日)**
まいつき 19日は食育の日です。19日前後を「ひごまるデー」として熊本市産品をとり入れたメニューを実施します。
- **わくわく楽しい給食作品展 入賞作品の実施**
まいとしおこな 毎年行われる献立コンクールに入選した作品が毎月登場します。小学生のみなさんが考えた献立はどれも楽しみですね!
- **行事食や季節の食材を積極的にとりにくんでいます**
た もの きせつ かん 食べ物により季節を感じられるようにしていきたいと考えています。各地の郷土の特色をとり入れた『味の旅』もあります。



給食当番は身支度も大切な仕事です

- ★つめは短く切りましょう
- ★石けんでしっかり手洗いをしましょう
- ★マスクをきちんとつけましょう
- ★ぼうしは髪の毛が出ないようにかぶりましょう
- ★お願い
おとさんが白衣などを持ち帰った際に洗濯をお願いします。



かんせんしやうまほう 感染症予防のため、まいにちせんたく 毎日洗濯したランチマット、マスク、ハンカチ、ティッシュを忘れずに持たせてください。

