

もぐもぐランド

犬山市立犬山北小学校
食育だより 令和5年4月



こんげつ きゅうしよくもくひょう
今月の給食目標

きょうりよく きゅうしよく じゅんぴ あとかたづ
協力して給食の準備や後片付けをしよう

いよいよ給食が始まります。給食の時間は、身支度や手洗いをしっかりと行い、協力して、安全で衛生的に配膳できるよう、準備をしましょう。後片付けは、順番や片付けのきまりを守って、静かに行いましょう。

安全にすばやく！給食の準備をするこつ

きゅうしよくとうばん
給食当番はしゃべらずに
すばやく身支度をしよう

えいせいめん きひとり
衛生面に気をつけて1人
分の適量を盛りつけよう

とうばん いがいひとはい
当番以外の人は配膳が
済んだら座って待とう



→ かいしよく
会食



→ あとかたづ
後片付け

たお じゅんぱん
食べ終わったら順番に
静かに片付けよう



きゅうしよくとうばん
給食当番の身支度

- ・髪（かみ）の毛（け）が出（で）ないように帽子（ぼうし）をかぶろう
- ・マスク（маск）をきちんとつけよう
- ・つま（つま）は短（みじ）く切（き）っておこう
- ・石けん（せっけん）を使（つか）って手（て）を洗（あら）おう
- ・清潔（せいけつ）な白（しろ）衣（い）を着（き）よう
- ・ハンカチ（はんかち）を持（も）とう



みなさんの成長を支える給食

がっこうきゅうしよく せいちようき ひつよう
学校給食は、成長期に必要なエネルギー
や栄養素（えいようそ）がしっかりとれる大切な一食（いっしょく）です。

いぬやまし しない えいようきょうゆ がっこうえいようしよくいん さくせい こんだて もと かくがっこう きゅうしよくしつ ちやうり
犬山市では、市内の栄養教諭・学校栄養職員が作成した献立に基づき、各学校の給食室で調理をしています。季節の食材を取り入れたり、行事に合わせた料理にしたりするなど、特色のある献立となるよう工夫（くふう）をしています。

しゅしよく はん しゅう かい しゅう
主食：ご飯が週に3回・パンが週1～
2回・めんが月2回ほどあります。米は
いぬやまし
犬山産「あいちのかおり」です。



ぎゅうにゅう
牛乳（200ml）
あいけんさん きゅうにゅう まいにち
愛知県産の牛乳が毎日つ
きます。成長期に必要なカルシ
ウム（かいしうむ）をしっかりとることがで
きます。

らくしよく さかな にく たまご やさい かいそう まめ
副食（ふしょく）など（おかず）：魚や肉、卵、野菜、海藻、きのこ、豆など、
いろいろな食（しょく）材（ざい）を使（つか）い、薄味（うすあじ）に心（こころ）がけて作（つく）っています。

人を良くすると書いて「食」

～学校給食の目標～

「食」という漢字は、「人を良くする」と書きます。漢字の通り、食べた物は栄養となり私たちの健康な心と身体をつくれます。心身の健やかな成長を願い、学校教育の一環として行われる学校給食には、次のような目標が定められています。給食を通じて多くのことを学び、しっかり食べ、心も身体も成長する1年間にしていってほしいと思います。

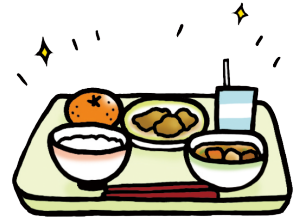
学校給食の目標



成長期に必要な栄養をとり、健やかな体と心を育む。



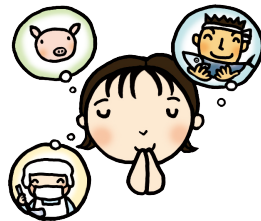
食べることの大切さや楽しさを知る。



給食をお手本にし、望ましい食べ方を学ぶ。



毎日の食事について、自分で考え判断して食べられるようになる。



いつも感謝の気持ちをもって食事をいただくことができる。



当番活動や会食を通して、協力することの大切さや周りを思いやることを知る。



食を通して地域の伝統や食文化を学び、未来に伝えていく。

食育の日 2年生国語「ふきのとう」より

今年度は、毎月19日の食育の日献立として、みなさんが学校で勉強する教科書の中に登場するものと関連した献立が登場します。4月は2年生の国語「ふきのとう」です。ふきのとうでは、春風が吹き、とけた雪の下からふきのとうが顔を出します。お話の通り、ふきのとうは春が旬の食べ物です。給食では、ふきのとうが成長した葉っぱの部分あたる、ふきが入った「ふき入り混ぜご飯」を味わいます。春を感じながら食べてみてくださいね。

<あうちの方へ>



- 給食当番は、週末に白衣を持ち帰ります。ご家庭で洗濯をお願いします。
- 給食袋には、清潔なハンカチと給食用マスクを入れて、毎日もたせていただくようお願いいたします。