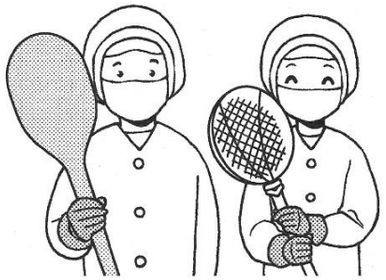
給食だより 4月

令和８年４月７日
豊島区立椎名町小学校
第１号　校長　見米　葉記
栄養士　久野　洋美

学校給食が始まります

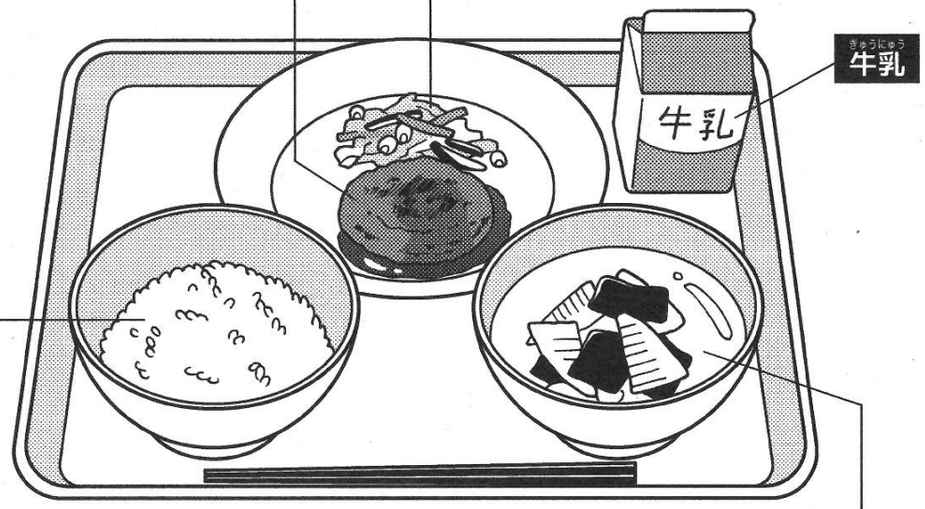
学校給食は、成長期にあるみなさんの心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供しています。また、食に関する指導を効果的にすすめる教材としての役割も持っています。
今年度も安心安全でおいしい給食を提供していきますので、よろしくお願いします。



栄養バランスがよい食事の見本！　給食

主菜
魚、肉、卵、豆腐などを使ったおかず。おもに体をつくるもとになります。

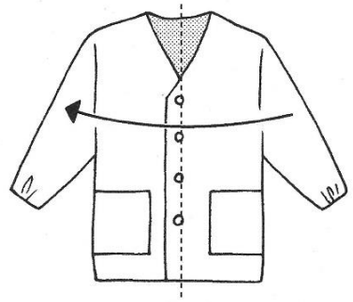
副菜
野菜、きのこなどを使ったおかず。おもに体の調子をととのえるもとになります。



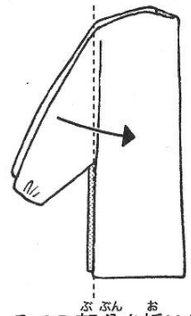
主食
ごはん、パン、めんなど。おもにエネルギーのもとになります。

汁物
みそ汁、スープなど。

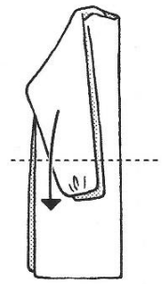
給食当番　白衣のたたみ方



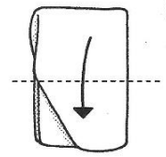
白衣を広げます。
半分に折ります。



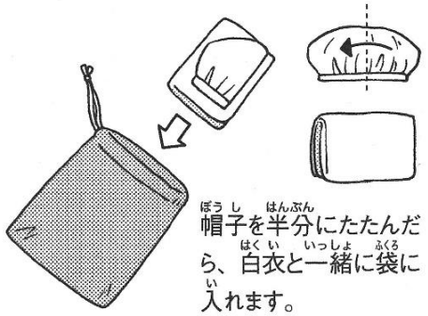
そでの部分を折ります。



半分に折ります。



もう一度半分に折ります。



帽子を半分にたたんだら、白衣と一緒に袋に入れます。

きれいにたたんでおくと次に使う時、気持ちがいいね

きゅーたん

おすすめ食の本　『給食当番のいちにち』

はじめての給食当番はわくわく、どきどきがいっぱい。１年生のみつくんは、朝からそわそわして、授業中も給食当番のことが頭から離れません。さてさて、どうなるのでしょう……。給食当番の仕事や身支度などが描かれているので、特に１年生におすすめです。

大塚菜生・文　イシヤマアズサ・絵
少年写真新聞社刊

クイズ

ひじきを漢字で書くと○尾菜。○には、ある動物の漢字が入ります。それは何でしょう。

①犬　②熊　③鹿

答え　③鹿
ひじきは、形が鹿の尾に似ていることからよばれています。
※「芋桃菜」と書くこともあります