

# 給食 だより 4月

令和8年度 豊島区立さくら小学校

4月の目標  
協力をして  
給食の準備や  
後片付けをしよう

## さくら小学校の給食について

ご入学、ご進級おめでとうございます。学校給食は、栄養のバランスのとれた食事を先生や友達と一緒に食べながら、ふれあいの中で心と体の健康を増進させることを目的としています。安全面に十分配慮し調理する事はもちろんのこと、待ち遠しくなるような楽しくおいしい給食作りを目指していきたくと思っています。毎月、献立表と給食だよりをお渡しさせていただいています。

献立表は、献立名の他に、食品に含まれる栄養素の働きを3つのなかまに分けて記入しています。バランスのよい食事のために、3つのなかまがそろそろように食べることを心がけてほしいと思います。また、使用する量の少ない調味料や香辛料等は記載していません。

給食だよりは、給食に関してのお知らせや献立紹介などの内容となっています。漢字で記載していますので、お子様と一緒に読んでください。どうぞよろしくお願いいたします。

## 学校給食の7つの目標

学校給食は、食べ物の栄養や食事のマナーなど食べる勉強の時間でもあります。限られた給食時間の中で、食事を通して健康な体作りを伝えていきたいと思っています。

- 健やかで丈夫な体をつくろう！
- 自然の豊かな恵み、いただく命に感謝しよう！
- 育てる人、運ぶ人、作る人…みんなの力で食べられる。「ありがとう」の心をもとう！
- 未来に伝えるふるさとや伝統の食！
- 食事の大切さを知り、よい食べ方を身に付けよう！
- マナーを守り、たすけあいで楽しくなかよく！
- 給食を通して、社会をよく知ろう！

## 食物アレルギーについて知っておいてほしいこと

**食物アレルギー対応食が  
できる日があります**

対応食はおうちの人と学校が相談して決めています。きちんと本人に届くようみんなで気をつけましょう。



**食物アレルギーは  
好き嫌いとは違います**

好き嫌いやわがままとは違います。食物アレルギーのある人の気持ちになって考えてみましょう。



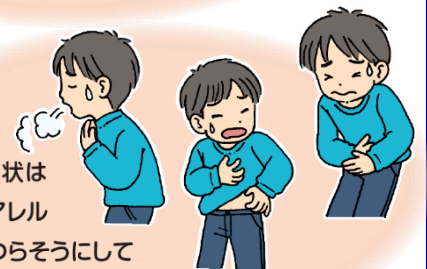
**アレルギーのある人は  
できないことがあります**



ふれたりや吸い込んだりするだけで症状が出てしまうことがあります。牛乳のリサイクルや配膳台のそうじなど、学校生活の中でできないことがあります。

**さまざまな症状が  
あります**

アレルギーの症状はさまざまです。アレルギーのある人がつらそうにしていたり、食べた後、自分に何か変わったことが起きたら、すぐ先生に知らせましょう。



## 令和8年3月主な使用食材

しめじ（長野）ねぎ（千葉）キャベツ（愛知）しょうが（高知）にんにく（青森）もやし（栃木）にんじん（千葉）ほうれん草（埼玉）たまねぎ（北海道）じゃがいも（北海道）キャベツ（愛知）きゅうり（埼玉）白菜（群馬）ちんげんさい（静岡）大根（神奈川）えのき（長野）豚肉（群馬）鶏肉（宮崎・岩手）ほっけ（ロシア）めかじき（インド洋）エビ（タイ） 鮭（チリ）じゃこ（インドネシア）牛乳（千葉）