

4月給食だよ

平成29年4月11日
さいたま市立宮原小学校
家庭教

暖かい春の日差しが心地よい季節となりました。

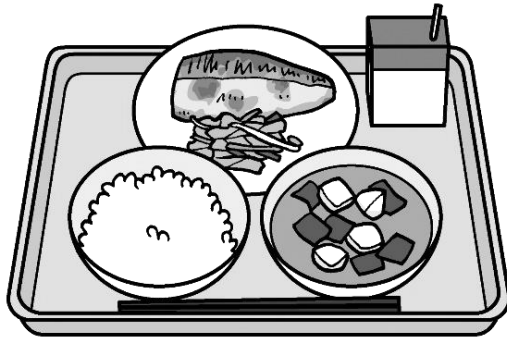
ご入学、ご進級を迎えた児童のみなさん、並びに保護者のみなさま、誠におめでとうございます。これから1年間、安心・安全でおいしい給食を通して、食について楽しく学んでいきましょう。



学校給食の目標

〈学校給食法 第2条より〉

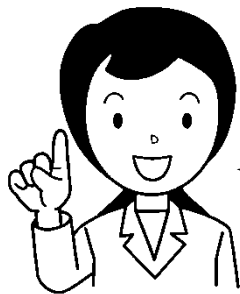
- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ② 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- ⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



- 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な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。
- ⑥ 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

給食を生きた教材として活用します

児童の心身の成長を支える給食では、準備から後片付けまでの実践活動をくり返し行います。それにより、児童が望ましい食習慣や食に関する実践力を身に付けることを目指しています。



協力しよう！給食の準備

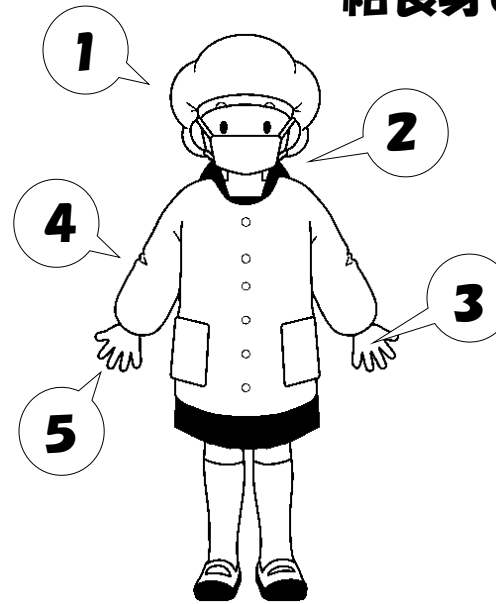
楽しい給食の時間を過ごすためには、児童一人ひとりが自分の役割に責任をもって取り組むとともに、お互いに協力し合って食事の準備や後片付けをすることが大切です。次に何をしたらよいかを考え、自主的に活動できるように指導してまいります。



給食身じたく(六)うめクイズ

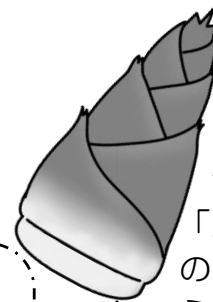
チェックポイント！

- ① ○○○○をきちんとしまいましたか？
- ② ○○○を正しく付けていますか？
- ③ ○はきれいに洗いましたか？
- ④ 清潔な○○○○○○○を着ていますか？
- ⑤ ○○は短く切ってありますか？



☎C⑨ `畚>フ7c④畚④ `2⑧ `4c△② `410f④ ①
≠畚

4月の献立から 旬の食材



たけのこ

竹の地下茎から出てくる若芽が「たけのこ」です。「朝掘ったら、その日のうちに食べる」と言われるくらい、鮮度が大切です。

食物繊維が豊富で、腸をきれいにする働きがあります。カリウムも豊富で、体の塩分の排出をうながし、高血圧を予防する効果もあります。



さわら

旬は秋から春までで、春の魚として知られています。

西日本で珍重されてきた魚で、とくに岡山県で好まれ、「さわらの値段は岡山で決まる」といわれるほどです。昔はあまり獲れず、高級魚でしたが、今では温暖化の影響で、東北・青森でも漁獲されています。