



4月



給食だより



令和6年4月

一宮町立一宮小学校

【毎月19日は食育の日】

ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新1年生を迎え、新しい学期をスタートすることができました。今年度も衛生管理を徹底しつつ、給食室の職員一同、おいしい給食を提供できるように頑張ります。

学校給食の役割

栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位向上を図ります。

給食時間における準備から片付けの実践活動を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付きます。

給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。

給食は、栄養バランスの良い食事のお手本です！

学校給食は、子どもたちの成長のために考えられ、基準となるエネルギー量や栄養素量が決められています。基本的には、主食、主菜、副菜・汁物、牛乳でメニューが構成されます。また、日ごとに和食や洋食、中華のメニュー、その他にも外国の料理が登場することもあります。

好きな物だけでなく、苦手と感じる食べ物も入っているかもしれませんが、一口は頑張ってみましょう。

主菜

魚、肉、卵、大豆・大豆製品など、おもに体をつくるもとになる食品を多く使ったおかず

牛乳

骨や歯をつくるもとになるカルシウムを多く含む

主食

ごはんやパン、めん類など、おもにエネルギーのもとになる食品

副菜・汁物

野菜、きのこ、いも、海藻類など、おもに体の調子を整えるもとになる食品を多く使ったおかずや汁物