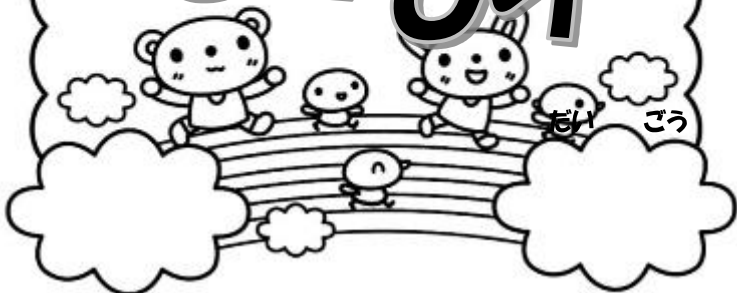


ひやくい

しょくいくだより  
食育だより「もいもい」は、  
こ お子さんと一緒に読み  
くだ 下さい。

# もいもい



げんき 元気いっぱいの新入生 をむかえ、みんな給食  
じかん の時間をとても楽しみにしています。学校給食 は、  
こ 子どもたちが栄養 バランスのとれた食事を先生 や  
とも 友だちと一緒に食べ、「こころ」と「からだ」の健康  
ぞうしん 増進をはかり、望ましい食習慣 を養うためのもの  
です。

ほんねんど 本年度も、栄養士と調理員が力を合わせて安全  
でおいしい給食 を目指して取り組んでいきま  
す。どうぞよろしくお願ひします。

平成26年4月30日発行 岩江幼稚園、岩江小・中学校

## 学校給食には、7つの目標があります！

学校給食は、学校での教育に欠くことのできないものです。  
学校で食育を行っていくための「生きた教材」として、給食時間  
はもとより、授業などでも活用されています。

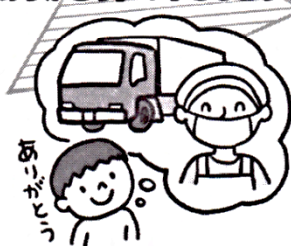
子どもたちの健やかで  
しょうぶな体づくり！



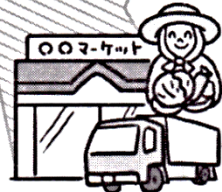
自然の豊かな  
恵みを感じ、  
いのちを大切にする



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！



給食を通じ、  
社会をよく知る！



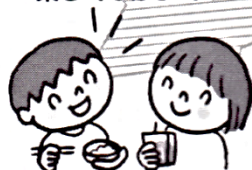
未来に伝える  
ふるさとや伝統の食！



食事の大切さを知り、  
よい食べ方を身に付ける！



マナーを守り、  
たすけあいで  
楽しくなげよう！



この1年で  
7つの星が  
光輝けるよう、  
給食室一同  
がんばります！



## 今日の給食な～に？



献立表にはどんなこと  
が書かれているのかな？

みなさんの中に、「今日の給食」は何かな？と、

毎日、献立表をチェックしている人はどのくらいいますか？

実は、献立表には、給食の「献立の名前」はもちろん、その日に使われている「食材」、「給食のめあて」、「配膳図」、「お家で取ってほしい食材」など、食べ物についての情報がたくさん書かれています。

ですから、給食の前には必ず献立表をチェックして配膳の仕方やめあてを確認してくださいね。



# こんだてひょうをみてみよう～5月よていにんだて～

ひつけ 日付の横には、今日の給食のめあてが書いてあります。

下線のこんだては、カミカミメニュー。

給食に使われている食べ物は、働きによって3つのグループに分けて書かれています。

給食についてのメッセージも、ぜひ読んでみましょう。

月	火	水
19日 チーズの栄養を知ろう 00 チーズ ひんきサラダ	20日 姿勢に気をつけて食べよう マカロニサラダ	21日 交互食べをしよう きりほしだいこん のしだめもの かつおの みぞがらめ
シーチキン コーンエッグ ごはん スープ 豆製品	ハムチーズ わらう トースト ミネストロー	むぎごはん とんじる くずもの 果物
食赤品の まぐろ缶 ハムこんぶ いわし かつお節 たまご 牛乳	食赤品の ハム チーズと肉 牛乳	食赤品の カツオ みでまき ぶた肉 とろふ みそ
食緑品の しょうがとうもろこし にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ ほうれんそう	食緑品の きゅうり キャベツ ごぼう だいこん にんじん こまつな	食緑品の しょうが にんじん こまつな だいこん ねぎ ごぼう
黄色品の こめ さとう ごま 油 かたくりこ	黄色品の パン ベンネマカロニ さつまいも	黄色品の こめ かたくりこ 油 さとう ごま じゃがいも こんにやく おおむぎ
今日のチーズ2個には、給食の牛乳 やくはんぶん量に匹敵するカルシウムが 含まれています。	食べるときの姿勢や、食器の正しい 持ち方をもう一度確認し、こぼさな いように意識して食べましょう。	ごはん、おかず、汁物をかわるかわ る食べ進め、ごはんだけが残ってし まうことのないようにしましょう。

ここには、お家で食べてほしい食べ物が書かれています。

この図のように配膳をしてください。はしの向きにも注意しましょう。

献立表をしっかりとチェックしながら、食べ物について学んでいきましょう。

## 給食とってもおいしいよ!!

4月8日から給食が始まり、岩江小学校21名の新生にとって、小学校での給食は学校生活の楽しみのひとつのようです。毎日給食の時間を心待ちにしており、もりもり給食を食べています。また、牛乳も200mlを頑張って飲みきっています。

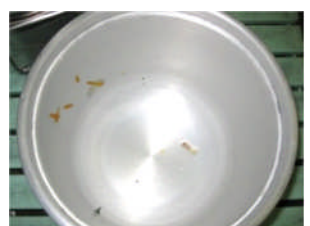


1年生のみなさん  
ちょっぴり辛いカレーは、ごはんとよくあっておいしいです。野菜料理も、もりもり食べています。

この日の献立  
ごはん ちきんカレー ひじきサラダ  
ニューサマーオレンジ 牛乳



とてもきれいなお皿。給食完食です。



この日の、食べ残しの量は、全校合わせて900gだけでした。また、4クラス(11クラス中)からきれいな食缶が返ってきました。完食。すごいですね。