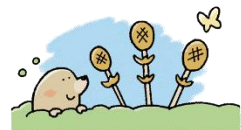


給食だより

令和3年4月13日
松戸市立梨香台小学校
4月号



給食が始まりました。1年生は22日から給食が始まります。学校給食は、子どもたちの心身の成長と発達のために、栄養バランスを考えてつくられています。また、給食は食事の大切さや食事マナー、地場産物、食文化などを学ぶ教材です。

みなさんの成長を支える給食

給食は、成長期に必要なエネルギーや栄養素をしっかりとれる大切な一食です。

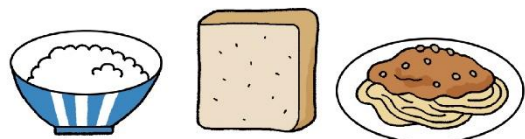


牛乳

成長期にとりたい
カルシウムがいっぱい

牛乳200mL中のカルシウム量は約227mgです。成長期は体をつくるためにカルシウムが必要です。カルシウムが豊富な牛乳は、毎日飲んでほしい食品です。

主食



ごはんやパン、めんには、エネルギーのもとになる炭水化物が多く含まれています。毎日を元気に過ごすため、エネルギー源になる食品をしっかりとることが大切です。

副食など（おかず）



魚や肉、卵、豆、野菜、海藻、きのこなど、いろいろな食材を使い、栄養バランスを考えた料理で、薄味を心がけています。たんぱく質や脂質、ビタミン、無機質をとることができます。

はしやスプーン、フォークなどは、毎日、家から持参してください。はし以外の食具が必要な日は、献立表にイラストを掲載しています。



給食当番活動が はじまりました！



給食当番で使用する白衣は、給食当番にあたった児童が週末に持ち帰ります。ご家庭で必ず洗濯をして、アイロンをかけ、月曜日に学校に持たせてください。



アイロンがけは、熱による殺菌の効果もありますのでよろしくお願いいたします。また、ほころびやボタンが取れていましたら、簡単な補修をお願いします。

新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、給食当番は手指の洗浄に加え、アルコール消毒を行っています。アルコール消毒の前にはきちんと手の水分をふき取る事が大切です。清潔なハンカチを忘れずに持たせてください。又、爪が伸びていないかの確認もおねがいします。



徴収金（給食費）について

低学年（1・2年生）：1食250円
中学年（3・4年生）：1食270円
高学年（5・6年生）：1食290円



1食単価×実施予定回数分を徴収します。毎月の給食だよりで、徴収金額をお知らせします。ただし、4・5月分は5月に2か月分まとめた徴収となります。給食だより5月号に5月の徴収金額を掲載します。