

4月給食だより

令和6年度 4月
奥多摩町学校給食センター



ご入学、ご進学おめでとうございます！新たな年度がスタートしました！今年度もどうぞよろしくお願いいたします。
学校給食は、単におなかを満たすために実施されているものではありません。学校給食は、栄養バランスのとれた食事でもたちの健やかな成長を支えるとともに、食についてさまざまなことを学ぶ教材となるものです。体にやさしい食材を組み合わせ、健康発育のための「安心安全おいしい給食」を提供できるように努めてまいります。ご家庭におかれましても、学校給食のことも話題にさせていただき、よりよい食習慣を話し合っただけであれば幸いです。

目指せ！給食マスター

給食の食べ方編

| | | | |
|--------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| <p>よい姿勢で食べましょう</p> | <p>口をとじて、よくかんで食べましょう</p> | <p>立ち歩いたり、友達が嫌がる話をしたりするのはやめましょう</p> | <p>時間内に食べ終わるようにしましょう</p> |
|--------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|

後片付け編

| | | | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|-----------------------|
| <p>食べ終わったら、席で静かに待ちましょう</p> | <p>食べ残しはそれぞれの食缶に戻しましょう</p> | <p>食器類は種類ごとにきちんと重ねてカゴに戻しましょう</p> | <p>協力して後片付けをしましょう</p> |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|-----------------------|

給食センターブログ

QRコードが読み取れない場合は、URLからアクセスしてください。↓

<https://www.rlco.jp/kyushoku/>



食器の気持ち



食器はみんなで使うものです。大切にしましょう。

季節によって違いがあるよ

| | |
|---|---|
| <p>春キャベツ</p> <p>葉は、みずみずしくてやわらかいのが特徴です。軽くて巻きは緩めです。生食に向いています。</p> | <p>冬キャベツ</p> <p>葉は厚く、巻きはかためで形は平たいものが多い特徴があります。甘みがあり、煮込み料理に向いています。</p> |
|---|---|

旬を味わう給食紹介

たけのこごはん

今月は、たけのこごはんが登場します。たけのこは、竹の若い芽を掘り起こしたものです。旬のたけのこを味わいましょう。

Q. どうして給食には毎日牛乳が出るの？

A. 日本人は、カルシウムの摂取量が不足しているといわれています。給食がある日とない日では、給食のある日の方がカルシウムの摂取量が多いという研究結果が出ています。給食に出る牛乳は、成長期に大切なカルシウム摂取に役立っています。