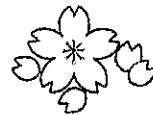


4月給食だより



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。1年間よろしくお願い致します。

おいしい給食
作ります！



～献立表の見方について～

みなさんが毎日チェックする、こんだて表の見方を説明します。

メニューだけでなく、使われている食品や、家庭でとりたい食品などもしっかりと見てほしいと思います。

献立名が書いてあります。
主食・汁物・主菜・副菜・
デザート順番です。

使われている食材が書いてあります。
含まれている栄養によって、6つの
グループに分かれています。

上段にはエネルギー
中段にはたんぱく質
下段に塩分が書いて
あります。

令和〇〇年〇月分

学校給食予定献立表

神原中学校

日にち (曜日)	主食	おかず	持ってくるもの	使われている食品						エネルギー (kcal)	家庭で とりた い食 品
				(赤) 体をつくる	(緑) 体の調子を整える	(黄) エネルギーのもとになる					
				たんぱく質 無機質	ビタミン	炭水化物	脂質			たんぱく質 (g)	
				1群 2群	3群 4群	5群 6群				塩分 (g)	
				卵、大豆 肉、魚	牛乳、乳製品 小魚、海藻	緑黄色野菜 その他の野菜 果物	穀類、砂穀 いも類	油脂 極寒類			
9 (木)	ごはん	けんちん汁 さばのみそ汁	はし	とうふ とりにく さば みそ	きゅうにゅう にんじん ねぎ	だいこん ほししいたけ しょうが	こめ さとう さといも こんにゃく	あぶら		614 28.4 2.0	かいそう

お家から持ってくるもの(はし・スプーン)が書いてあります。

家庭で積極的にとりたい食品が書いてあります。

学校給食 の目標

1 適切な栄養の摂取
による健康の保持増進。

2 食事について正
しい理解を深め、健全
な食生活を営む判断力
や望ましい食習慣を養
う。

3 明るい社会性と
協同の精神を養う。

4 自然の恩恵への理
解を深め、生命、自然
を尊重する精神や環境
の保全に寄与する態度
を養う。

5 食生活が多くのの人々
の勤労に支えられている
ことを理解し、感謝する。

6 伝統的な食文化
を理解する。

7 食料の生産、流
通及び消費について、
正しく理解する。

給食のお知らせとお願い

●給食停止とご返金

病気等で5日以上連続して給食を食べないことがあらかじめわかっている場合、給食を停止して年度末に、宇部市より返金・調整されます。わかり次第早めに担任にお知らせください。

●献立予定表・給食だより

毎月配付します。家庭内で目につきやすいところに貼り、話題にしてください。
また、はし・スプーンは毎日献立を確認されて清潔なものを準備ください。

