

4月給食だより

港区立御成門中学校
給食室
令和4年4月6日

ご入学・ご進級おめでとうございます！！

ご入学・ご進級おめでとうございます。

学校給食は、『適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る』ことを第一目的とし、教育の一環（食育）として実施されています。

今年度も、栄養バランスがとれた、安全でおいしい給食作りに努めてまいります。今後ともご家庭のご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

新1年生は、皆さんの成長に必要な量として、小学校の給食より食事の量が増えます。また、大人の味付けにも近づいてきます。また、給食の時間は小学校よりも短くなります。少しでも早く給食時間に慣れ、楽しい中学校生活が送れるようにしましょう。

<学校給食の役割>

学校給食は、健康や体づくりのためだけでなく、教育面でも大きな役割を担っています。友達といっしょに食事をする中で、コミュニケーションの力をつけ、当番の活動を通して責任感を学び、また全体を通して、あいさつ、マナーなどの基本的な生活習慣を身に付けたり、助け合いの心を育てたりします。

また、給食は、単に食事の提供だけではなく、食材の命をいただき、いろいろな人のお蔭でできているといった、感謝の気持ちを感じることや人と人の繋がり大切さなどを知る、教育活動の一環として日々の生活の大切な時間でもあります。毎日の給食の時間を有意義に過ごしましょう。

<給食を提供するにあたって>

- ① 予定献立は、月はじめにお知らせ致します。
- ② 今年度より、港区の栄養価基準が変更しました。新基準に合わせて献立を作成しています。
- ③ 給食での各栄養素は一日推奨量の33%を基準として設定していますが、家庭で不足するカルシウムやビタミンB₁などについては、給食で補うよう配慮しています。
- ④ 給食費は、給食の食材購入費にあてられていて、生徒の皆さんに安全でおいしい給食を提供するために使っています。

<給食当番>

給食当番の人は給食活動に必要な衛生面や安全面の対応の一つとして、白衣・帽子・マスクは毎日きちんと着用し配膳します。給食の中に髪の毛やホコリが入らないようにするためです。

また、次の人が気持ちよく白衣を使えるよう、週末は必ず持ち帰り月曜日にはきちんとたたんで持ってきてください。忘れると次の当番に迷惑がかかります。ご家庭でもご協力をお願いします。

※白衣を忘れた場合は貸し出しをしますが、忘れないよう注意しましょう。



今月の旬の食材

春キャベツ・^{さわら}鯖・^{たけのこ}筍・新ジャガ芋・柑橘系果物 などで。

ご家庭でもこれらの食材を使ったメニューを取り入れてみてください。