



# 6月給食だより

令和2年6月2日(火)  
清瀬市立清瀬第十小学校  
校長 大谷 憲司  
栄養士 相原 亜弥

さわやかな季節はあっという間で、気温と湿度がグッと上がる雨の季節が、今年もやってきました。食中毒の原因となる細菌が増えやすくなり、給食室でも特に気をつかいます。より気を引き締めて、本年度も、安心・安全はもとより、子供たちが楽しみにしてくれるようなおいしい給食作りに努めていきたいと思ひます。御理解と御協力をお願いいたします。

## 給食、はじまりますよ! おたのしみに!



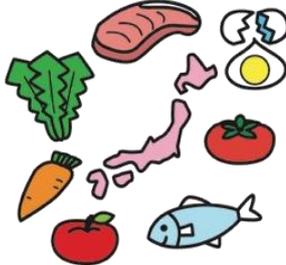
がっ こう きゅう しょく

## 学校給食について

### ~こんなことに気をつけています

### 食材

地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。



### 献立

行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



### 栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。



### 調理・衛生

野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。



### 献立表確認のお願い

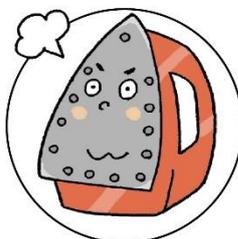
## 保護者のみなさまへ

給食当番の着る白衣は、クラスのみなで使ひます。お子さんが給食当番の時、週末の洗濯やアイロンがけ、また、ボタンが取れかかっていたらボタンつけなどをよろしくお願ひいたします。

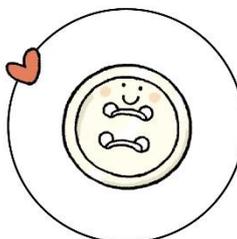
### 洗濯



### アイロンがけ



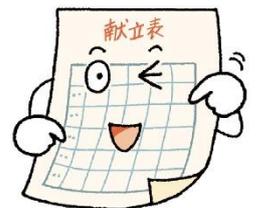
### ボタンつけ



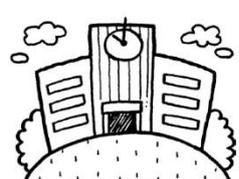
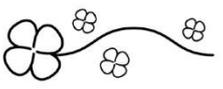
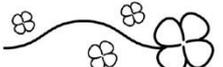
## 給食で初めて食べる食材はありますか?

食物アレルギーは、乳児がもっとも多く、年齢が上ると共に減少します。しかし、中には学童期以降に

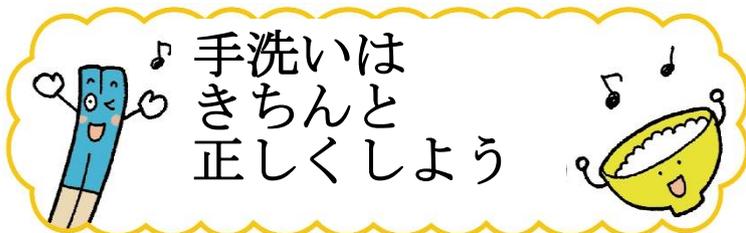
アレルギー症状があらわれる場合もあります。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずは、家庭で食べることをおすすめします。



がっ こう きゅうしょく もく ひょう  
**学校給食の7つの目標**

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p> 
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	

学校給食は、学校で食べる“食事”ということだけでなく、栄養バランスのとれた豊かな食事です。成長期にある子供たちの健康の増進、体位の向上を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるための教材となるものです。



こんげつ きゅうしょくもくひょう  
 今月の給食目標です。手洗いは、食中毒や病気予防の基本です。せっけんを使って丁寧に手を洗いましょう。

きゅうしょくじかん やくそく  
**給食時間の約束**

<p>茶わんや汁わんは手に持って食べよう</p> 	<p>好ききらいをしないで食べよう</p> 	<p>口に食べ物を入れたまま話さないようにしましょう</p> 
<p>食べている途中で立ち歩かないようにしましょう</p> 	<p>食事中にきたない話はやめよう</p> 	<p>よくかんで楽しく食べよう</p> 