

5月

給食だより



平成30年4月27日
西東京市立東伏見小学校
校長 清水 宣宏
栄養士 大橋 菜歩子

新年度が始まり一か月がたちました。新しい環境にも少しずつ、慣れてきたころではないでしょうか。さて、みなさんのご家庭では、朝ごはんを食べる習慣がありますか？元気に一日を過ごすためには子供も大人も朝ごはんが大切です。特に、運動会練習が始まりますので、しっかり練習に取り組めるように朝ごはんを食べる習慣を付けましょう。



脳のエネルギーになる

朝食を食べて元気にすごそう！

朝ごはんを食べると体温が上がり、体全体が目覚めて元気に活動することができます。脳の活動に必要なエネルギーであるブドウ糖も補給され、集中力が高まります。また、よくかんで食べることで脳や消化器官も目覚め、朝の排便にもつながります。規則正しい生活を送るためにも、朝ごはんは欠かせません。

早ね 早おき 朝ごはん



体温が上がる

排便を促す

朝ごはんをおいしく食べるためには…

早起きをする



早く起きると時間
間に余裕ができ、
おなかもすきます。

時間を決める

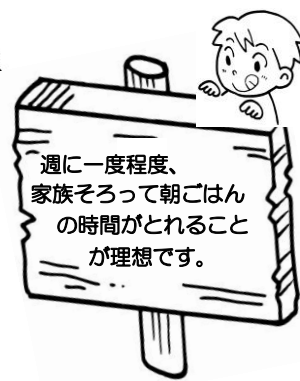


同じ時間に食べると、次第に習慣
になります。

夜食は食べない！



夜遅くに食べると、朝に食欲が
わきません。



4月の主な食材料の産地



食品名	産地名	食品名	産地名	食品名	産地名
精白米	新潟県	小松菜	西東京市	きゅうり	埼玉県
鶏肉	宮城県・青森県	レタス	西東京市	もやし	栃木県
豚肉	鹿児島県	たけのこ	九州	にら	茨城県
	熊本県	じゃがいも	鹿児島県	いんげん	沖縄県
鶏卵	群馬県	にんじん	静岡県・長崎県	ごぼう	青森県
いか	青森県	たまねぎ	北海道	セロリ	愛知県
わかさぎ	北海道	長ねぎ	千葉県	しめじ	長野県
ししゃも	ノルウェー	だいこん	千葉県	マッシュルーム	山形県
ちりめんじゃこ	韓国	キャベツ	愛知県	干しいたけ	九州・四国
生わかめ	北海道	ピーマン	茨城県	清美オレンジ	愛媛県
鮭	チリ	にんにく	青森県	冷凍パイナップル	沖縄県
メルルーサ	南アフリカ	しょうが	高知県	いちご	静岡県

❀ 給食費・教材費引き落としについて ❀

5月から給食費の引き落としが始まります。5月は、4・5月分と合わせて引き落としとなっております。また、今年度から教材費の引き落としも始まります。

5月の引落額

	給食費	教材費	手数料	合計
	給食費月額 調整分			
1年生	4,370円+3,290円	+ 5,500円	+ 10円	= 13,170円
2年生	4,370円+4,306円	+ 4,000円	+ 10円	= 12,686円
3年生	4,640円+4,630円	+ 4,500円	+ 10円	= 13,780円
4年生	4,640円+4,630円	+ 4,500円	+ 10円	= 13,780円
※5年生	4,900円+4,580円	+ 5,000円	+ 10円	= 14,490円
6年生	4,900円+4,865円	+ 8,000円	+ 10円	= 17,775円

*10円の手数料がかかります。ご了承ください。

※5年生は、遠足が延期になったので当初の予定額より1食分(285円)を差し引いた金額を引き落とします。

月額の計算方法

「各学年の1食単価 × 予定回数(189回) ÷ 給食実施月(11ヶ月)」
という計算で算出しています。このため、端数処理を、調整月(4月分)で行っています。

各月引落日のお知らせ

月	給食費対象月	1回目	2回目(再振替)	備考
5月	4・5月分	5/15(火)	5/25(金)	※教材費の引き落としもあります。
6月	6月分	6/15(金)	6/25(月)	
7月	7月分	7/17(火)	7/25(水)	
*8月	3月分	8/15(水)	8/27(月)	
9月	9月分	9/18(火)	9/25(火)	※教材費の引き落としもあります。
10月	10月分	10/15(月)	10/25(木)	
11月	11月分	11/15(木)	11/26(月)	
12月	12月分	12/17(月)	12/25(火)	
1月	1月分	1/15(火)	1/25(金)	
2月	2月分	2/15(金)	2/25(月)	

引き落とし日の前日までに残高のご確認をお願いいたします。

*本校では、事務手続きの都合上、8月に3月分の引き落としを実施し、3月の口座振替(引き落とし)はありません。