# 給食だより

## 4月

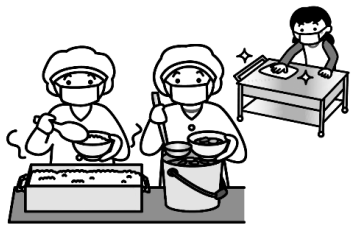
西東京市立谷戸第二小学校
校　長　鈴木　優介
栄養士
令和３年４月７日

ご入学・ご進級おめでとうございます。ピカピカの新入生を迎えて、新しい１年が始まりました。新しい環境になると、体調を崩しやすくなることもありますので、早寝早起きをするなど規則正しい生活を心がけましょう。今年度も、成長期の子供たちが心も体も元気に学校生活を送れるように、安心・安全で栄養バランスがとれたおいしい給食を作っていきたいと思います。１年間よろしくお願いいたします。

## ◆学校給食の役割◆

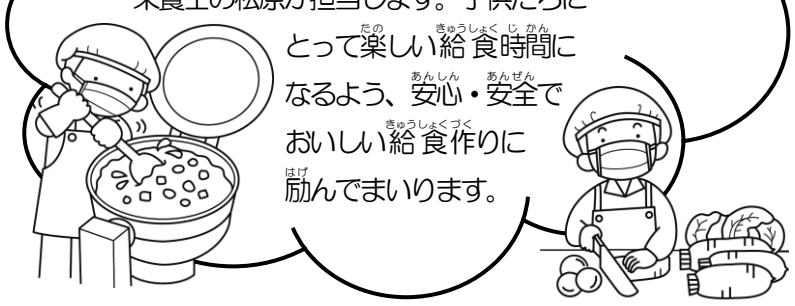
栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子供たちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。

給食時間における準備から片付けの実践活動を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土料理や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。

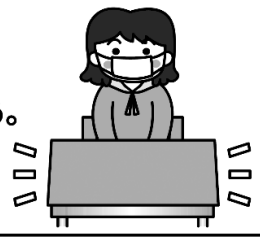
昨年度に引き続き、給食調理はハーベストネクスト株式会社の調理員さんが、献立は栄養士の松原が担当します。子供たちにとって楽しい給食時間になるよう、安心・安全でおいしい給食作りに励んでまいります。



## ◆給食の約束～「新しい生活様式」バージョン～◆

**窓やドアを開けて教室内を換気しましょう。**

**机の上をきれいに片づけましょう。**

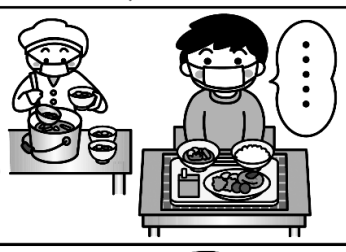


**せっけんで手をきれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふきましょう。**

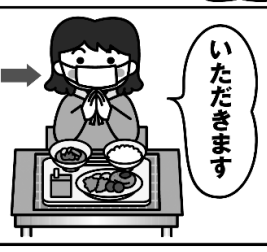
**給食当番は、身支度をしっかり整えましょう。**

※発熱・腹痛・下痢・吐き気があるなど体調が悪い場合、給食当番はできません。

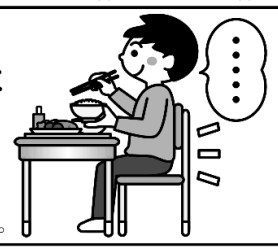
**給食当番以外の人は、席で静かに待ちましょう。**



**「いただきます」のあいさつをしてから、マスクを外しましょう。**




**姿勢よく、前をむいて静かに食べましょう。**



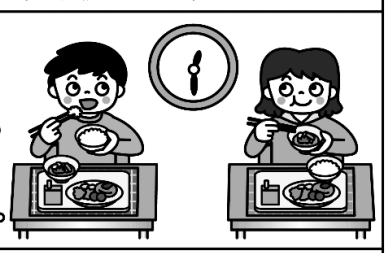
※食べているときは、なるべくしゃべりません。

**食べ物は食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。**

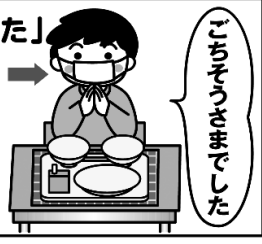
※早食いや詰め込み過ぎは、食べ物がのどに詰まり窒息する危険があります。

**苦手な食べ物でも、ひと口食べてみましょう。**

**決められた時間内に、食べ終わるようにしましょう。**



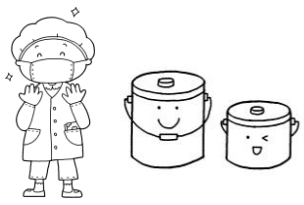
**「ごちそうさまでした」のあいさつをする前に、マスクをしましょう。**



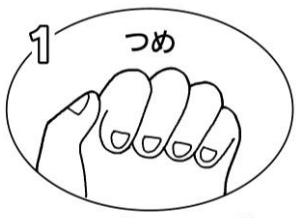

**食べ残しは、それぞれの食缶に戻し、食器は種類ごとに重ねましょう。**

## 給食当番の身支度・準備　６つのポイント

食べ物を扱うという自覚を持って衛生面に気をつけましょう。



**1 つめ**



つめが伸びている人は短く切っておきましょう。

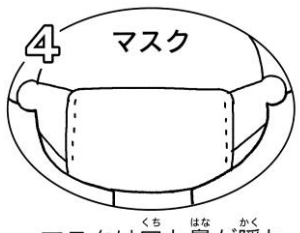
**2 白衣**

清潔な白衣をきちんと身につけましょう。

**3 帽子**

髪の毛が出ないように帽子をかぶりましょう。

**4 マスク**



マスクは口と鼻が隠れるようにつけましょう。

**5 ハンカチ**

給食用の清潔なハンカチを用意しましょう。

**6 手洗い。**

石けんを使って十分な手洗いをしましょう。

## ✿給食費について✿

＊　給食費は、食材料の購入に充てていますので、未納がないようご協力をお願いします。

| 学　年 | 月　額 | 5月の引き落とし金額 |
|---|---|---|
| 1年 | 4，370円　＋　10円 | 6，390円　＋　10円 |
| 2年 | 4，370円　＋　10円 | 8，676円　＋　10円 |
| 3･4年 | 4，640円　＋　10円 | 9，270円　＋　10円 |
| 5･6年 | 4，900円　＋　10円 | 9，765円　＋　10円 |

＊　１回の引き落としにつき、１０円の手数料がかかります。

＊　第１回目のゆうちょ銀行の引き落としは、<u>５月１０日（月）</u>です。
<u>４・５月分まとめての引き落とし</u>となります。口座へのご入金をお願いいたします。
５月の引き落としの際に、口座手続きがされていなかったり、入金がなかったりする場合には、６月分に合わせて引き落とすことになります。

### ３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 | 食品名 | 産地名 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 米 | 新潟県 | じゃがいも | 鹿児島県 | セロリ | 静岡県 | きゅうり | 群馬県 |
| 豚肉 | 群馬県 | キャベツ | 西東京市 | れんこん | 千葉県 | ピーマン | 茨城県 |
| 鶏肉 | 岩手県 | ごぼう | 青森県 | にんじん | 千葉県 | 赤ピーマン･黄色ピーマン | 茨城県 |
| えび | インドネシア･ベトナム | 長ねぎ | 埼玉県 | ほうれん草 | 西東京市･千葉県･埼玉県 | 菜花 | 千葉県 |
| ししゃも | アイスランド | 大根 | 西東京市･神奈川県 | 小松菜 | 西東京市･埼玉県 | 里芋 | 新潟県 |
| くじら | 山口県 | 玉ねぎ | 北海道 | かぶ | 石川県 | 白菜 | 群馬県 |
| たこ | 北海道 | ブロッコリー | 西東京市 | しょうが | 高知県 | りんご | 青森県 |
| ぶり | 長崎県 | もやし | 栃木県 | にんにく | 青森県 | いちご | 群馬県 |