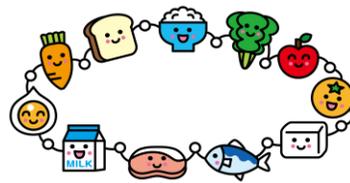


# 給食だより



令和7年4月8日  
西東京市立柳沢中学校

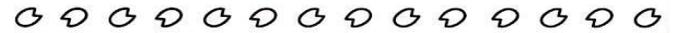
ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る季節の中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんの学校生活がより充実したものになるように、日々の給食を通して応援していきたいと思っております。1年間、宜しくお願い致します。



## 【柳沢中学校の給食】

本校の給食は、保谷第二小学校の給食室で調理された給食をトラックで運んでくる「親子方式給食」となります。献立作成は、保谷第二小学校の鈴木栄養士、調理は東洋水産、配送は北多摩運送、中学の栄養士は花田が担当します。

給食スタッフ一同、安全で美味しい給食提供に努力してまいりますので、宜しくお願い致します。

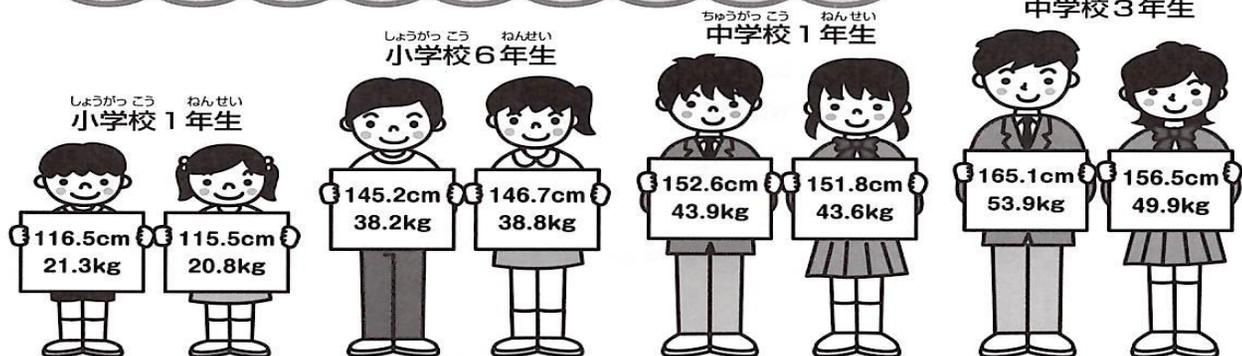


## 学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある生徒たちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。

<h3>学校給食の目標のポイント</h3> <p>※「学校給食法」第二条より抜粋・要約</p>	<h3>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</h3>	<h3>2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。</h3>	<h3>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</h3>
<h3>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。</h3>	<h3>5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</h3>	<h3>6 伝統的な食文化を理解する。</h3>	<h3>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</h3>

心身ともに大きく変化していく成長期。食事からさまざまな栄養をとることが大切です。



※数字は、上が身長・下が体重の平均値 (文部科学省「平成 27 年度学校保健統計調査」より)

## 食器を正しく置こう



食事の際、食べ物が入った食器を食べやすいように並べますが、その置き方には決まりがあります。ごはんなどの主食を左、汁物は右、奥におかず(主菜・副菜)、デザート、牛乳を置きます。



### ● 毎月、献立表を配布します。

給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがあります。食べたことがない食品が献立表に記載されている場合には、ご家庭で事前に試していただけたら安心です。献立表でご確認ください。

### ● 給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。

給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。給食当番をした週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。また、給食当番の際はマスクを使用します。ご家庭で用意してください。



## 4月の地場野菜

田倉農園：小松菜

地元農家さんが新鮮な野菜を



納めてくださいます。