

# 給食だより

2018  
4月



三島市教育研究会  
学校給食班

家の人と読んでください

4月の栄養目標 『正しい食事のマナーを身につけよう』

## 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>	

## 給食運営について

**給食費** 主食・牛乳・おかずで一人一食当たり265円の予算です。

給食費はすべて食材料費に充てます。今年度は195回を

**給食回数** 4月 9日から 7月24日

9月 3日から12月21日

1月 8日から 3月18日

予定しています。



## 給食停止による給食費の返金

- 長期欠席（入院・インフルエンザ等）するときは、給食を停止することができます。保護者からの申し出があった翌々日から、連続5日以上停止した場合、停止回数に応じて給食費の返金をします。
- 出席の停止を学級担任に申し出るときにあわせて給食停止の申し出もお願い致します。（申し出のない場合は食材料を注文済みのため、返金対象にはなりません。）

## 個別相談

偏食、過食、少食、食物アレルギーなど食生活全般に関することで、ご家庭からの希望により個別相談を致します。一緒に考えていきましょう。



楽しい会食をするために

## 基本のマナーを身につけよう!

<p>食べ物を口に入れたまましゃべらない</p>	<p>がちやがちや食器の音を立てない</p>
<p>まわりの人とぶざけたり大声で話さない</p>	<p>ひじをついたり、背中を丸めて食べない</p>
<p>くちやくちや音を立てて食べない</p>	<p>みんなが食べ終わるまで席を立たない</p>

あれ!? もうおしまい?

## ごはん1粒まで



## 残さず食べよう

お米などの作物は農家の人が長い時間と手間をかけて一生懸命つくったものです。感謝の気持ちを忘れないで、1粒も無駄にせず食べるようにしましょう。



## 献立紹介 トンクドウフ

<材料 4人分>

- 炒め油・・・適量
- 古根・・・1かけ
- 豚肉・・・80g
- 干し椎茸・・・1枚
- 椎茸の戻し 150cc
- にんじん・・・1/3本
- 砂糖・・・大1
- しょうゆ・・・大2
- 酒・・・・・・・小2
- 中華だし・・・適量
- 生揚げ・・・1丁半
- さやいんげん・・・6本
- 水溶きでんぷん・・・大2
- ごま油・・・小1



<作り方>

- ①生揚げ油抜きして一口大に切る。
- ②椎茸は一口大に切る。
- ③にんじんはいちょうに切る。
- ④古根を炒め、酒をふり椎茸、にんじんを入れる。
- ⑤椎茸の戻し汁と半分の調味料を入れて煮る。
- ⑥にんじんに火が通ったら生揚げを入れ残りの調味料を入れて煮る。
- ⑦水溶きでんぷんを入れ、一煮立ちしさやいんげんとごま油を入れて仕上げる。

<ブログについてのお知らせ>

学校名を入れて（2箇所）コピーして献立表にのせる

4月・9月・1月は必ずのせる（毎月でもOK）

☆毎日の給食の写真や給食を作っている様子を学校ホームページにのせていますので、ご覧ください。

**検索方法**  
三島市立 小学校ホームページ → 学校ブログ → メニュー 給食




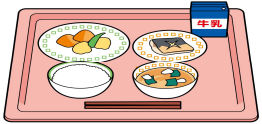
三島市立 西 小学校

この枠をコピーする。学校名を入れる（2箇所）



☆毎日の給食の写真や給食を作っている様子を学校ホームページにのせていますので、ご覧ください。

**検索方法**  
三島市立 小学校ホームページ → 学校ブログ → メニュー 給食



三島市立 西 小学校