



平成 28年 4月号
春日部市立東中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます。
心も体も大きく成長するには「健康」が第一の条件です。その健康を持続させるのに「食生活」は重要です。成長の著しい中学生の時期に、給食を通して健康な食生活を送っていきましょう。



今月の給食目標

食生活の意義を理解しよう

★給食を通して食事とは何かを考えよう ★給食のルールを覚えよう



学校給食の目標

給食の献立は、栄養のバランスを考えるとともに目的を持ったものになっています。心身の健やかな成長を願い、学校教育の一環として行われる学校給食には、食を通じた人間形成や生きる力を育むため、次のような目標が定められています。

- 健康な体をつくろう
- 望ましい食習慣を身に付けよう
- 感謝の心を持とう
- 食文化に関心を持とう
- 食事の重要性を知ろう
- 食品を選択する力をつけよう
- 社会性を養おう

★中学生の皆さんに心がけてほしい食習慣★

朝食を毎日
しっかりとろう！



色々なメニューに
挑戦してみよう！
苦手な食べ物を
減らそう！



時には自分で
料理に挑戦して
みよう！



東中学校 * 給食のルール

- 給食当番は必ず白衣・帽子・マスクを身につけましょう。
・特に手を石けんでよく洗い、水気を拭いてからアルコール消毒をしましょう。
- 「はし」を毎日忘れずに持ってきましょう。
- 給食で食べ残したものは一切持ち帰りません。
・給食時間内に食べましょう。
- 後片付けはみんなで協力しましょう。
・掲示資料をよく確認しましょう。
・牛乳パックのリサイクルに協力しましょう。

量と人数を考えて
盛りつけよう！



給食についてのお知らせとお願い

☆今年度の給食の予定

1学期 4月12日(火)～7月15日(金)
2学期 9月2日(金)～12月20日(火)
3学期 1月11日(水)～3月17日(金)
※3学年は3月13日(月)

☆給食の調理について

今年度も「株式会社東洋食品」の11名の調理員さんが安全でおいしい給食を心をこめて作ります。よろしくお願いします。

☆給食費について

給食費は月額4800円、1食280円です。ゆうちょ銀行の振替口座より毎月10日に引き落とされます。第1回の4・5月分の給食費は5月10日(火)に、一括して9600円が引き落としになります。給食費が未納になりますと給食の実施に支障をきたしますので、残高の確認とご協力をお願いいたします。

また、病気等の理由で連続して5日以上欠席する場合は、担任まで連絡ください。食材数量の変更が可能な日から給食を停止し、後日給食費を返金します。

☆献立について

今年度も食育の日の献立や季節の献立、各地の郷土料理など様々な献立を予定しています。

☆給食を通して

今日食べたものは、今日の元気と明日からの身体を作る元になります。一人一人が自分のためにバランス良く食べることが大切です。給食を食べるのも中学で最後になります。意識して食べていく事を話していきたいと思っております。



今年度より東中学校の給食の仕事を担当させていただきます。生徒のみなさんにとって毎日の給食が楽しみになるよう、努力していきたいと思っています。食についての情報や給食レシピ等の紹介もしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

栄養士 安藤 由紀子

