

4月 給食だより

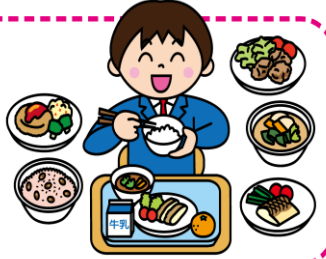
都立港特別支援学校
 学校長 村山 大介

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など



はる あじ
春の味

給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。



<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしまおう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおおう。</p>	<p>春は春だけの 特別なキャベツだよ</p>
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食卓や食器がこなど を床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考へて 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら… 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>
<p>葉がふんわりした キャベツだよ</p>	<p>ふつうのキャベツは ずっしり重いけど やわらかそう！</p>	<p>重いものを 協力して運ぶ。</p>	<p>春の間に収穫する</p>
<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>	<p>今日の味を楽しんでね！</p> <p>Yummy!</p>	<p>今日の味を楽しんでね！</p> <p>みずみずしくて やわらかいんだよ</p>	<p>今日の味を楽しんでね！</p> <p>みずみずしくて やわらかいんだよ</p>

栄養管理と献立作成

栄養

「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を自前に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事でも不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。

「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

えいようし
栄養士が
献立作成
しています

