

* 給食だより *

令和6年4月30日発行

新学期が始まり1か月。新しい学校生活には慣れてきた頃でしょうか。

1年生は時間内に給食を食べて、準備や片付けができるようになりましたか？給食は好物ばかりが出るわけではありません。食品にはいろいろな栄養素が含まれています。食品によって含まれる栄養素の割合が違います。そのため好き嫌いはなるべくしないで、いろいろな食品を食べられるといいですね。すぐに好きになれなくても、まずは一口食べてみましょう。

5月の給食目標

- ① 上手に準備をしよう
- ② きちんと後片づけをしよう

〈給食準備にとりかかるとき〉

給食当番は先に手洗いをし、身じたくを整えて給食準備(運搬・配膳)をしてください。他の人は、食事をするための教室づくり(配膳台の準備)をしてください。

〈給食が終わったとき〉

『ごちそうさまでした!』のあいさつが終わってから、食器を食器かごに戻してください。おぼんの間にごみが入っていないか、ヨーグルト等のカップ類はきちんと重ねてあるかを確認して、給食当番さんは食器かごと食缶を給食室へもどしてください。



心を込めて給食の片づけ

感謝の気持ちを持ってていねいに片づけをしよう



食べ残しは決まりを守って食缶に戻そう



食器に食べ物がついていないかを確認しよう



配ぜん台をきれいにしよう

***** こんな姿勢はやめましょう *****

普段の食事での姿勢を、ふりかえてみましょう。背中が曲がっていたり、ひじをついていたりにしていませんか？悪い姿勢は直して、よい姿勢を心がけて座りましょう。



背もたれに寄りかかっている



ひじをついている



横向きに座っている
