



令和4年4月19日  
 ～毎月19日は食育の日～  
 ひたちなか市立那珂湊第三小学校  
 栄養教諭 根本 久美子

入学、進級おめでとうございます。新しい学年、何をすることも健康が一番。よく体を動かし、好ききらいをせずに1日3回の食事をしっかり食べ、夜ふかしをせずに十分な睡眠をとって、健康な体を作っていきましょう。

## 1年生 初めての給食

4月14日(木)



先生の話聞いてから、準備開始です！

配膳は、一人一人がきちんと並んで行います。



給食のきまりを確認しながら準備をしました。

今年度も感染予防のため、前を向いて食べています。よくかんで、味わって食べましょう！



たくさん食べていましたね！味はいかがでしたか？



4/14のこんだて  
 はちみつパン  
 牛乳  
 クリームシチュー  
 ガーリックドレッシングサラダ

昨年度に引き続き、今年度も児童のみなさんや保護者の方とやりとりができれば、と思っています。給食や食に関する事ならどんなことでもいいのでみなさんの声を届けていただくと嬉しいです。内容によって、紙面を使ったり、個別に返事をさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。



きりとり

どちらかに○をつけてください。

年 組 名 前

(本人・保護者)

給食の感想(〇〇があまくておいしかった、〇〇の作り方が知りたいなど)・食育だよりの感想や取り上げてほしい事・食に関して困っている事・その他食に関する事など…  
**給食室前のもりパクポス**  
 上に入れてください！思いついた時いつでもかまいません。

給食が今年度もスタートします。何ごともはじめが肝心です。

給食では次のことをぜひ心がけてほしいと思います。

給食を食べる前には手をせっけんでしっかり洗ってください。



「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつはしっかりしてください（新型コロナが終わるまでは、学校ではマスクをして小さな声か心の中でね）。



食べ終わったら食器をきちんと重ねて返してください。残ってしまったものなどは、きまりを守って集めて戻してください。



できるだけ、好ききらいをしないで、苦手なものでもひと口挑戦してみてください。みなさんには、いろいろな料理や食べ物のおいしさをたくさん知ってほしいです。



おうちの方へ

今年度は、給食を全部食べた時には、もりパクカードにスタンプを押しています。カードは連絡帳等にはったり、はさんだりしてご家庭に持ち帰りますので、目を通していただき、賞賛、励ましをしていただけると幸いです。

給食で使うもの ★忘れ物がないようにしましょう！！

身支度・・・白衣、帽子、マスク ※全員が身支度を整えます。  
必要なもの・・・テーブルクロス、給食用タオル、おしぼり（スプーンやフォークが出る時もあります）  
歯ブラシ、コップ  
（今は新型コロナ感染予防のため実施していません）

身だしなみとして・・・つめを短く切りましょう。  
長い髪の毛はまとめましょう。  
→ 帽子の中に入れます。



はる あじ  
春の味

