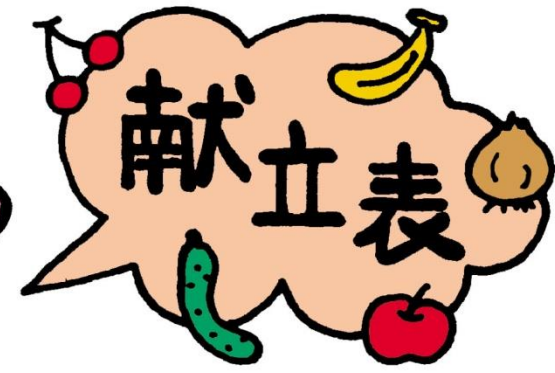
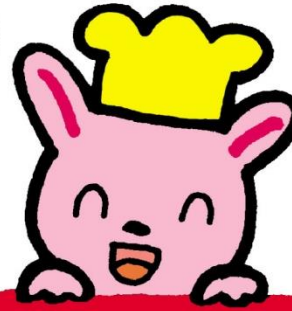




4 月

久里浜特別支援学校



月

火

水

木

金

10日

しぎょうしき
始業式

11日

にゅうがくしき
入学式

12日

こうがいがくしゅう
校外学習

13日 きゅうしょくかいし

くるパン、ぎゅうにゅう
ポークビーンズ
コールスローサラダ
かんフルーツ (みかん)

14日 しんにゅうせい
きゅうしょくかいし

ごはん、みそしる (キャベツ、肉類、卵)
サケのしおやき、ひじきのいりに
きゅうりのすのもの、ヤクルト

17日

ごはん、みそしる (卵、肉類)
とりにくのてりやき
(ニンジン、キャベツ、イグツテ)
はるさめサラダ (みかん)
ジョア (ストロベリー)

18日

ごはん、みそしる (キャベツ、肉類、卵)
カジキのたつたあげ
(ブロッコリー、トマト)
ポテトサラダ、フルーツミックスゼリー

19日

ポークカレー、ぎゅうにゅう
にんじんのチーズサラダ
くだもの (バナナ)

20日

ソースやきそば、ぎゅうにゅう
かぶのサラダ (かぶ、キャベツ、アスパラ)
かんフルーツ (みかん)

21日

ごはん、わかめスープ
マーボー豆腐
さんしょくナムル
(グリーンピース、ニンジン、肉類)
げんきヨーグルト

24日

ごはん、みそしる (キャベツ、肉類)
とりにくのからあげ (トマト、アスパラ)
きんしたまごのあえもの
あおりんごゼリー

25日

フォカッチャ、とうにゅう (コーヒ)
エビグラタン
キャベツとツナのサラダ

26日

かていほうもん
家庭訪問

27日

かていほうもん
家庭訪問

28日

かていほうもん
家庭訪問

4月の給食目標

『いただきます』『ごちそうさま』
を言おう。

- ★ 12日(水)は校外学習で大相撲観戦に行きます。給食はありません。
- 13日(木)は、新入生は11:25下校です。給食はありません。
- ※新入生は、14日(金)から給食が始まります。
- ★ 26日(水)～28日(金)は家庭訪問日です。(11:25下校)
給食はありません。



4月 ぱくぱく

久里浜特別支援学校

食育通信

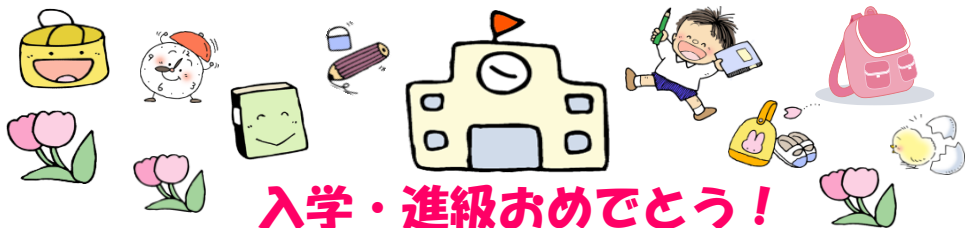
第109号

栄養教諭 中田 秀子



給食目標:「いただきます」「ごちそうさま」を言おう。

食育目標:「朝食を食べよう」



入学・進級おめでとう!

新入生を迎えて、新しい一年が始まりました。期待とやる気に満ちている反面、ストレスや疲れがたまりやすい時期です。元気に学校生活を送れるように、一日三回の食事と、早寝・早起きの習慣をつけましょう。

学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期の心と体の発達を支えていきたいと思ひます。一年間よろしくお願ひいたします。

本校の給食目標

○食べることを通して、豊かな心と健やかな身体をはぐくむ。

○望ましい食習慣の形成を図る。

○友達と一緒に給食を楽しく食べることを通して、社会性をはぐくむ。

また、「食体験(いろいろな食材を食べる経験)を広げて、偏食を改善する。」ということにも、意識して取り組んでいます。

【保護者の方へ】

子供のうちは、睡眠と三度の食事で、一日の生活リズムをつくります。また、成長ホルモンは眠っている時に分泌され、夜10時から夜中の2時ころまでが最も多く分泌されます。したがって、夜10時には眠っていることが、成長ホルモンをむだなく利用するうえでとても大事です。そこで、まずは早起きをさせて、朝ごはんを食べさせてください。

早起きをすると、夜は早く眠くなり、「早寝」→「早起き」→「朝ごはん」という好循環ができあがります。規則正しい生活をするにより、学校生活もより充実しますので、子供を大人時間に合わせるのではなく、どうぞ、子供の生活時間をつくってあげてください。

【※夜は20時就寝、朝は6時起床、そしてバランスのとれた朝ごはんを食べて、規則正しい生活リズムをつくりましよう!】



ー 給食室からのお願い ー

◇持ち物には、必ず名前を書いてください。

ハンカチ、歯ブラシ、コップ、エプロン、おしぼり、おしぼり入れ、水筒、給食袋など、全てに名前を書いてください。

◇給食費の引き落としは、毎月20日です。

郵便局の口座残高の確認をお願いいたします。

◇4月の給食費は、定額徴収になります。*欠食の処理はいたしません。

欠食の届けは、前月15日までに担任に連絡してください。

★5月に欠食する日がある場合は、4月17日(月)までに担任に連絡してください★

※4月15日は土曜日なので、今月は17日が特切日になります。早めの連絡をお願いいたします。

欠食金額の調整は、学期毎にいたします。

★1学期分:9月に調整 2学期分:12月に調整 3学期分:3月に調整★

※4月、12月、3月は、欠食の処理はいたしません。定額徴収になります。

◇ハンカチは、一日に2枚持たせてください。

給食用に1枚、トイレ用に1枚必要です。

★調理実習がある場合は、調理実習用のタオルまたはハンカチが必要です。★



～ 毎月19日は「食育の日」～

・月に一度、食事のマナーや食習慣について見直してみましよう。

・ご家庭でも、食事のときの「あいさつ」や「マナー」について教えてあげてください。

