

食育・給食だより

もぐもぐ・なかよく・元気っ子

寝屋川市立楠根小学校 令和5年 4月号

ご入学・ご進級

おめでとうございます。

学校給食は、子どもたちの成長に必要なエネルギー量や栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れてつくっています。昨年より給食センターの建設工事に伴い、楠根小学校の給食をお隣の木田小学校で調理してもらい運んでいます。楠根小学校で作っていた時と同じように安心・安全な給食を提供できるように細心の注意をはらっています。今年も1年間、学校給食にご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

1年生の給食は4月20日(木)から始まります。献立は「うずまきパン・煮込みハンバーグ・じゃがいものカレースープ・牛乳」です。初めのうちは4時間目から給食の準備をします。食べる時間も少し長めにとりませんが、20分くらいで食べ終わるように練習をしておいてほしいです。また、日頃からよく噛んで食べるようにしてください。毎月19日の「食育の日」前後の給食は「かみかみ献立」になります。かみごたえのあるごぼうやれんこんなどの野菜や、するめなどが登場します。



2年生から6年生は12日(水)から給食が始まります。

給食エプロン・ぼうし・マスクの準備をお願いします。マスクのゴムがのびていないか、エプロンのボタンがとれていないか確認をお願いします。食中毒や感染症防止のために、給食エプロン・ぼうし・マスクをきちんとつけて給食当番をします。



給食エプロン・ぼうし・マスクの点検をお願いします。

## 知っていますか？食物アレルギー

食物アレルギーとは、特定の食べ物を食べたり、飲んだり、触ったりすることで肌がかゆくなったり咳が出たりするアレルギー症状が現れます。ひどい時には、命にかかわる場合もあります。食物アレルギーの原因となる食べ物は、人や年齢によりさまざまです。



## 学校給食におけるアレルギー対応について

新年度に向けて「学校生活管理指導表(アレルギー疾患用)」及び「食物アレルギー除去申請書」のアンケートを行いました。ご協力ありがとうございました。除去対応食の希望を出された方が、症状が改善され、食べることができるようになった場合は、学年の途中でも、担任までご連絡をください。成長期の子どもたちにはバランスのとれた食事が大切です。

また、新しく食物アレルギーの症状が出た場合も、ご連絡をいただければ、対応を相談させていただきます。給食についてご不明な点や何かあれば、いつでも栄養士までご連絡をいただければと思います。

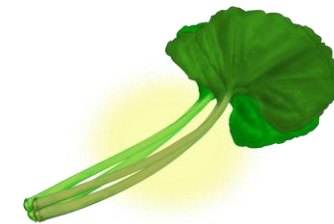
## 春を感じる食べ物を味わいましょう



たけのこ

香りがよく独特のえぐみがあるのであく抜きが必要です。

19日 たけのこごはん



ふき

おなかの調子を整えてくれる食物繊維が豊富です。

27日 ちらしずし



アスパラガス

疲労回復に役立つアスパラギン酸という成分が豊富です。

5月の献立に登場します。