



給食だより ~4月号

令和8年 4月 16日
江東区立深川第一中学校
校長 小山 千景
栄養士 勝矢 加奈子

ご入学・ご進級おめでとうございます



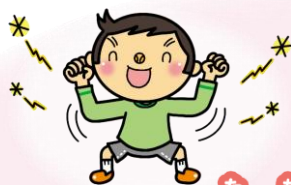
新学期がスタートし、学校給食が始まりました。生徒のみなさんたちの、心と体の健やかな成長を支えていくために、本年度も「栄養バランス良く、安全安心で美味しい給食」を給食室一同力を合わせて届けていきたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

「人を良くする」と書いて「食」

よく「人を良くすると書いて『食』」といわれます。「食」という漢字の成り立ちとは少し異なるようですが、食の大切さをよく言い表している字です。学校給食は、現在生徒たちが食事を通してさまざまな事柄を学び、望ましい食習慣や社会性などを身につけていく教育活動の一つになっています。学校では、学校教育法に基づき、以下、7つの目標を達成できるよう、給食づくりや給食を通して、食に関する指導を行っていきます。

毎月お配りしている献立表には、料理名だけでなく、給食に使われている食品やエネルギーが書かれています。献立表を見ながら、旬の食材や、地域の郷土料理、行事食など、食にまつわる話を、ご家庭でもしていただくと嬉しいです。

けんこう からだ
健康な体をつくる



た かた まな
よい食べ方を学ぶ



ひと かが
人と関わる



た もの かんしゃ
食べ物に感謝する



はたら とうと
働くことを尊ぶ



しょくぶん かが みらい つた
食文化を未来に伝える



しゃかい まな
社会のしくみを学ぶ



給食のきまりを身に付けよう!

給食の準備は食べ物を扱うという自覚をもち、衛生面に気をつけて行うことが大切です。食べた後の片付け方についてもあらためて確認してみましょう。

給食当番の身支度



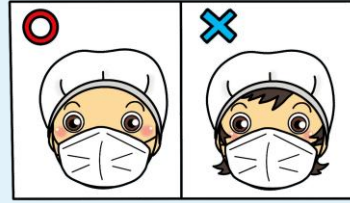
つめ

の伸びたつめと指のすきまにはごみがたまりやすくなります。



てあら手洗い

トイレをすませ、せっけんでしっかり洗いましょう。



ぼうし

かみ髪をぼうしから出しません。ながかみ長い髪の方は後ろでまとめます。



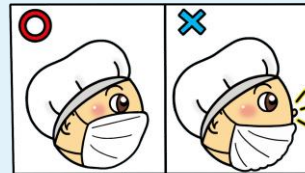
ハンカチ

せいけつ清潔なものを。とうばんよう当番用にもう1枚用意しておくのもいいですね。



はくい白衣

えいせいとき衛生的に扱います。ゆかのうえ上ではたたみません。



はな鼻までしっかりおおいます。

給食当番の人は、自分の体調を確認して、発熱や下痢、腹痛、吐き気などがある時は、先生に伝えて当番を交代してもらいましょう。



ランチョンマットを使います!!

ランチョンマットは、毎週持ち帰って洗濯し、週の始めに忘れずに持ってきてきましょう!!

4月の献立より

4月23日

豆乳花(トゥールーフア)

台湾の代表的なスイーツの一つで、香港やベトナムでも親しまれています。豆乳プリンのような仕上がりで、そこにフルーツやタピオカなどをトッピングし、きび砂糖で作ったシロップをかけて食べます。給食では、黒みつをかけて食べます。

4月27日

新潟県郷土食 たれカツ丼 青菜とツナの磯和え のっぺい汁 しらぬい 牛乳

たれカツ丼: ご飯の上に、甘辛いしょうゆダレにくぐらせた薄めのトンカツをのせたどんぶりです。ご飯とカツのみのシンプルな料理で、1つのどんぶりにカツが2枚以上のっているのが特徴。薄めの衣で、一般的なカツ丼より、薄い肉が使われます。

のっぺい汁: 新潟県の代表的な郷土料理で、主に里芋を使った煮物です。具材には野菜やきのこが使われ、薄味でとろみがつきます。新潟では、しょうゆやみりんで味付けされ、冬は温かく、夏は冷やして食べられます。お正月やお祭りなどの行事で親しまれている、伝統的な一品です。