

4月 給食だより

ご入学・ご進級おめでとうございます

今年度も、成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、栄養バランスのとれた給食をお届けします。また、おたよりでは、食べ物や食事のマナー、給食レシピなど、「食」についての情報をお知らせします。

～ 4月24日は「茶の湯の日」～

松江市は、平成31年に「茶の湯条例」を制定し、茶の湯の文化を広めた松江藩松平家七代藩主 松平治郷（不昧公）の命日である4月24日を「茶の湯の日」と決めました。

この「茶の湯の日」にちなんで、給食でも23日に抹茶を使った献立を取り入れます。



給食の内容



【おかず】

行事食や季節感のある料理、旬の野菜、鹿島町産・松江市産の食材を取り入れるように心がけています。

【ぎゅうにゅう】

じょうぶな体をつくるために必要なカルシウム・たんぱく質がとれます。

給食がない日にもものお習慣を！



苦手なものがある人も、一口でも多く食べるようにしていきましょう！

【ごはん】

島根県（松江地域産の「きぬむすめ」）を給食センターで炊いています。白いご飯、麦ご飯のほか、たけのご飯、ちらしずし、わかめご飯、キムチチャーハンなどがあります。

【パン】（月1回）

出雲市産小麦25%+国内産小麦75%で作られています。

【めん】（月1回）

中華めん、うどん、ソフトめんがあります。



保護者のみなさまへ

給食の献立は、栄養のバランスが整うように、主食、主菜、副菜がそろっています。ぜひ、ご家庭での献立づくりの参考にしてみてください。

また、夕食時には、給食について話題にしてみましょう。献立名だけでなく、「おいしかったもの」「食べられなかったもの」「残したもの」などをぜひ聞いてみてください。

★各小・中学校のホームページから「今週の給食」を見ることができます★



学校でも家でも、食べ物や食事をつくってくださった方に感謝の気持ちをこめてあいさつをしましょう！

