



いただきます



令和7年12月 3日
本地小学校保健室

いよいよ 12月。2学期も後半に入り、学校では行事や学習をがんばるみんなの姿がたくさん見られます。気温が下がってくると、風邪をひきやすくなりますが、給食をしっかりと食べているみんなは、とても元気なはずです！温かいメニューや冬の野菜には、体をぽかぽかにしてくれる力があります。これから寒さがもっと強くなりますが、おいしく食べてパワーをチャージし、2学期のしめくりまで、元気いっぱいがんばりましょう。



☆給食の量ってどうやって決めているの？☆

- 給食量の割合は、小学校4年生の給食量を1として計算して、量を決めています(右表)。学年が上がるにしたがって、少しずつ量が増えるようになっています。
- 魚や肉は、小学校1～3年・4～6年・中学校の3つのサイズで提供しています。
- みなさんの実態にあわせて、若干の量を調整しています。

学年	割合
1年生	0.75
2年生	0.85
3・4年生	1.0
5年生	1.15
6年生	1.2
中学生	1.3

☆5年生のPTC給食試食会がありました☆

先日、5年生のPTCでは、保護者の方と一緒に「給食試食会」を行いました。「おいしいね。」「みんなで食べるといいね!」と、あちこちから楽しそうな声が聞こえてきました。これからも、給食の時間が楽しく、元気になれる時間になるようにしていきたいですね。

●5年生の保護者のみなさま●

PTCの給食試食会にご参加いただき、ありがとうございました。お子さんがどんなふうに給食を食べているのかを実際に見ていただき、「楽しそうに食べていて安心しました」などの温かいお声をいただきました。これからも、みんなが元気に学校生活を送れるよう、食の面からも見守っていきたいと思います。ご家庭でも食べものの話をするきっかけになれば幸いです。



こんなに多いのは初めて!!



☆学校での食育を紹介します☆

2年生と、「食事マナー」について勉強をしました。食事マナーとは、“みんなが楽しく食べるためのやくそく”です。

2年生さんは、箸の使い方がとてもきれいでした。豆つかみでは、30秒間で16個つかんでいる人もいました！静かに食べる、ができると良いですね。

マナーを守ることは、美味しくご飯を食べるヒケツです！

これからも、みんなでおいしく食べられるように、しっかりとマナー守っていきましょう！



食事のマナー

おさを もって たべよう



くちのなかに ものをいれたまましゃべらない



ひじはつかない

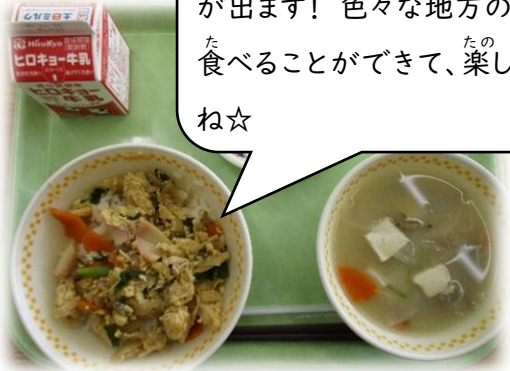


☆給食中の写真☆

みんな大好き
きなこパン♪



給食では、各地の郷土料理が出ます！色々な地方の料理を食べることができて、楽しいですね☆



きたひろしましょうせん とくべつさいばいまい
北広島町産の特別栽培米

「あきろまん」を使用しています。その他、牛乳(協同乳業)・赤しそ・りんごなど、**地産地消**(地元でとれた野菜や食べ物を、食べること)をこころがけています！

地産地消



給食には季節の味がいっぱい！
あき秋には、さつまいも料理がたくさん出ました！

『いただきます』の気持ちを忘れず、マナーを守りながら、毎日おいしく楽しく、食べています！

