

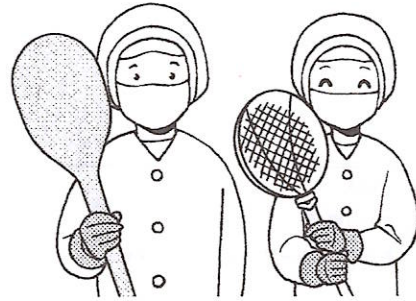
# 給食だより 4月

市川市立第三中学校

## 学校給食が始まります

学校給食は、成長期にあるみなさんの心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供しています。また、食に関する指導を効果的にすすめる教材としての役割も持っています。

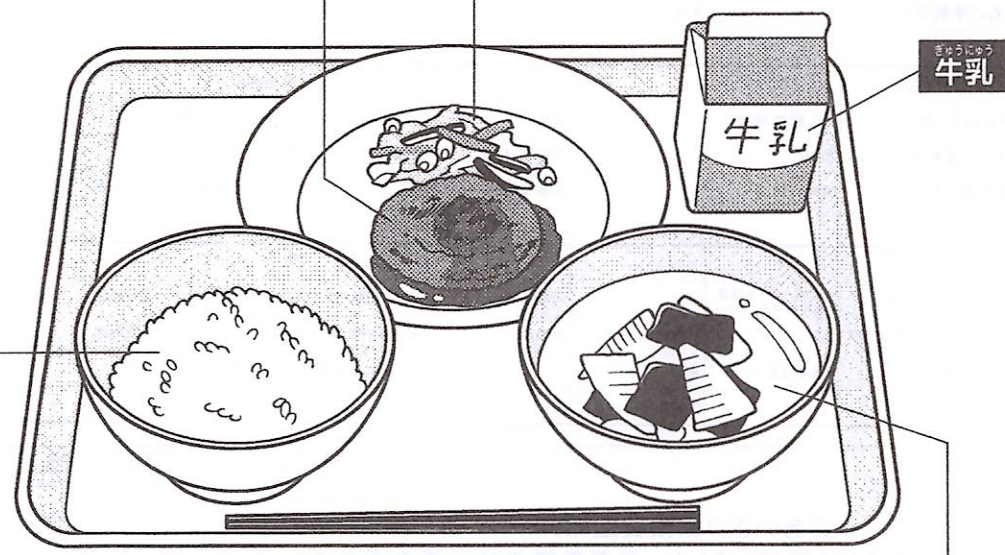
今年度も安心安全でおいしい給食を提供していきますので、よろしくお願いいたします。



## 栄養バランスがよい食事の見本！ 給食

**主菜**  
魚、肉、卵、豆腐などを使ったおかず。おもに体をつくるもとになります。

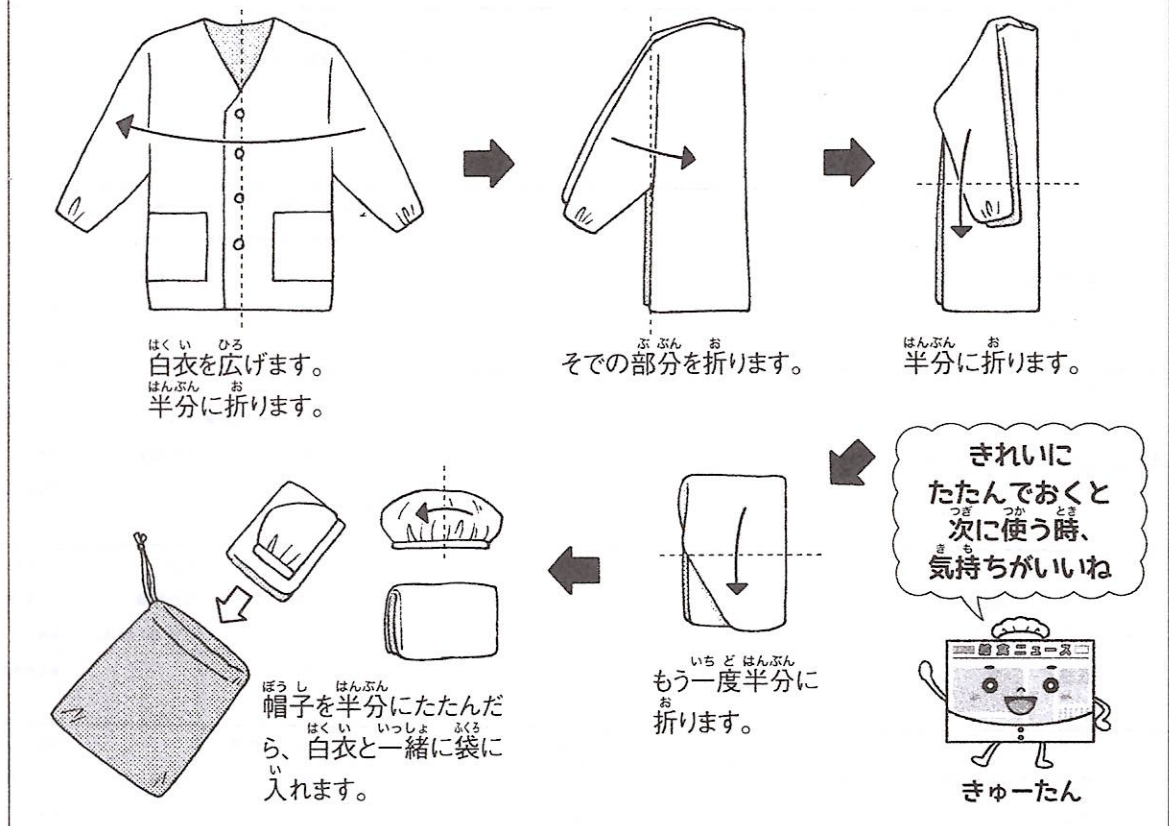
**副菜**  
野菜、きのこなどを使ったおかず。おもに体の調子をととのえるもとになります。



**主食**  
ごはん、パン、めんなど。おもにエネルギーのもとになります。

**汁物**  
みそ汁、スープなど。

## 給食当番 白衣のたたみ方



## 食の本 『給食当番のいちにち』

はじめての給食当番はわくわく、どきどきがいっぱい。1年生のみつくんは、朝からそわそわして、授業中も給食当番のことが頭から離れません。さてさて、どうなるのでしょうか……。給食当番の仕事や身支度などが描かれているので、特に1年生におすすめです。



太塚菜生・文 イシヤマアズサ・絵 少年写真新聞社刊

## クイズ ひじきを漢字で書くと〇尾菜。〇には、ある動物の漢字が入ります。それは何でしょう。

- ①犬
- ②熊
- ③鹿

※「漢字」の読みかたは「ひじき」です。

ひじきを漢字で書くと〇尾菜。〇には、ある動物の漢字が入ります。それは何でしょう。

①犬 ②熊 ③鹿