

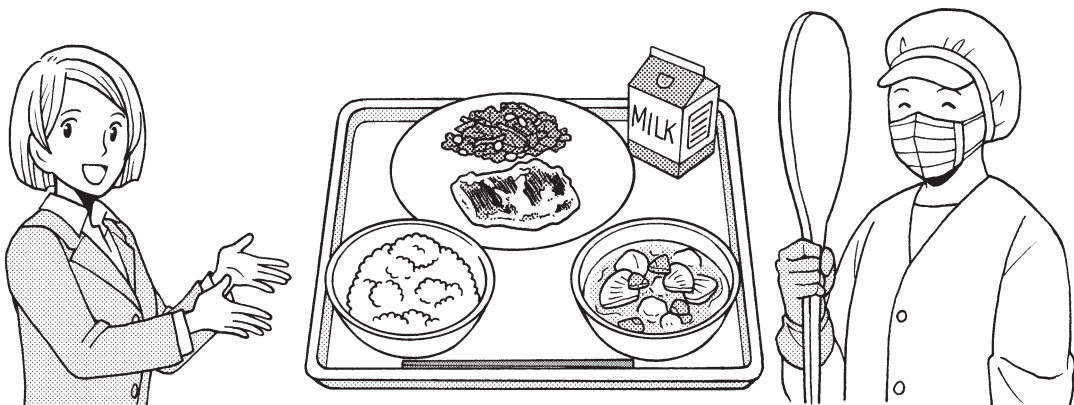
# 給食だより 4月

市川市立二俣小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます！ 新年度がスタートし、子どもたちも元気に学校生活を送っています。この1年間の子どもの成長と健康を願い、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきます。給食へのご理解とご協力をお願いいたします。

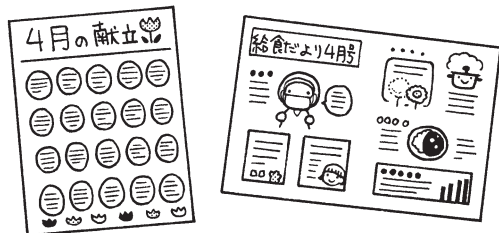
## 学校給食が始まります！！

学校給食では、成長期にある子どもたちの心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供しています。給食では、献立を活用して食品の種類や特徴、栄養のバランスのとれた食事などについて知らせています。また、季節や地域の行事にちなんだ行事食なども提供しています。



栄養バランスのとれたおいしく安全な給食を提供します

### 献立表&給食だよりをご活用ください！



毎月、献立表や給食だよりをお子さんを通じてご家庭に配付します。献立表や給食だよりを見ながら、給食のことなどをお子さんと一緒に話していただけたらと思います。

### 給食当番の日のご家庭でも体調の確認を

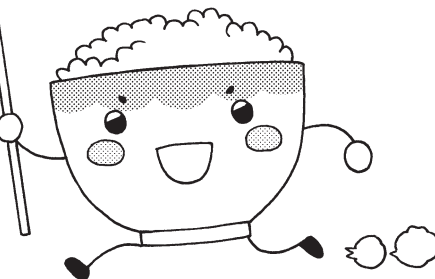


お子さんが給食当番の時は、ご家庭で体調の確認をお願いします。体調不良の時は当番を交代しています。ご心配な場合は、ご連絡ください。

### できているかな？ 正しい身じたく



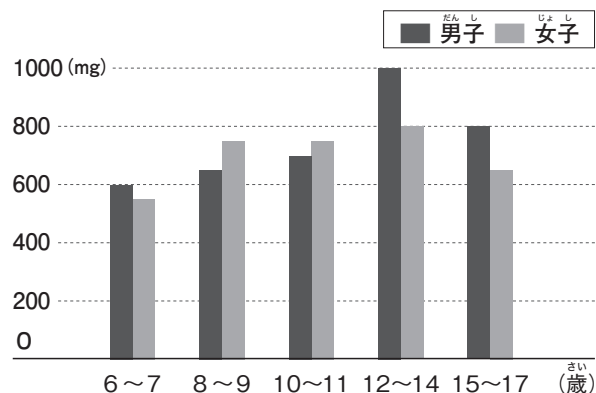
### 朝ごはんを 元気な1日を！



起きたばかりの体は体温が低く、エネルギーが不足しています。朝ごはんを食べると体温が上がり、午前中の活動に必要なエネルギーや栄養が補給されて、元気に活動できます。

### Data 見る食育

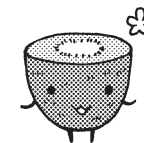
#### カルシウムの推奨量



小・中学生の頃は、歯や骨がつくられるためのカルシウムが多く必要な時期です。カルシウムが含まれる食品をきちんと食べるようにします。

出典：厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2020年版）」

### クイズ

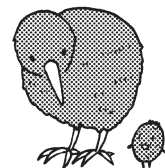


わたしはキウイフルーツ。あるものに似ているので、この名前がついたよ。あるものとは何でしょう？

- ①キウイといういも
- ②キウイという鳥

### 答え ②キウイという鳥

ニュージーランドに生息する鳥、キウイに似ているため、この名前がつけられたといわれます。キウイフルーツにはビタミンCが多く含まれています。



### 保護者のみなさまへ

新年度が始まりました。子どもたちが毎日元気にすごすためにも、早起きや早寝を心がけて、午前中のエネルギーのもとになる朝ごはんを、しっかり食べてから登校するようにお願いいたします。