

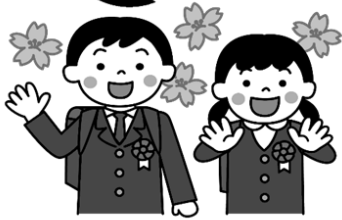


# 4月の給食だより

こやまだいこうとうがっこう  
小山台高等学校  
ていじせいい  
定時制

03-3714-8155

## ご入学・ご進級おめでとうございます



はる あた た かな ようき つつ なか しんねん ど むか  
春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎え  
ました。新入生の皆さんは、これから始まる  
がっこうせいかつ きたい ふあん  
学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思  
います。今年度も引き続き、かんせんよぼうたいさくを  
と

取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べ  
られるよう、えいせいかり てってし こころ こ  
衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努め  
ていきます。1年間よろしくお願いいたします。

## みなさんの成長を支える給食

がっこうきゅうりょく せいちよう き ひつよう えいよう そ たいせつ いっしょく  
学校給食は、成長期に必要なエネルギーや栄養素がしっかりとれる大切な一食です。

### 主食

おもにごはんで、パン  
やめんもあります。  
おもに炭水化物をとる  
ことができ、エネルギー  
源になります。



### 牛乳

成長期に大切なたんぱ  
く質やカルシウム、ビタ  
ミンをしっかりとること  
ができます。



### 副食など(おかず)



魚や肉、卵、野菜、海藻、きのこ、豆など、いろいろな食材を  
使い、栄養のバランスを考えた料理で、薄味を心がけています。  
たんぱく質や脂質、ビタミン、無機質をとることができます。

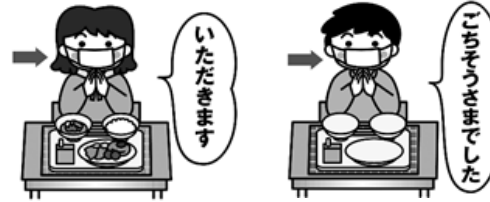
## 給食の約束 ~「新しい生活様式」バージョン

みんなが気持ちよく給食を食べられるよう  
に、協力して準備や後片付けをし、マナーや  
ルールを守って過ごしましょう。

せっけんで手をきれいに洗い、タオルペーパーでふきましょう。  
給食室にはアルコール消毒液もあります。手のしわとしわの間、爪の隙間  
にアルコールをすることで手洗いで落としきれないウイルスを殺すことがで  
きます。



あいさつをするとき、おかわりを取りに  
行くときはマスクをしましょう。



姿勢よく、前をむいて静かに  
食べましょう。携帯電話はしま  
いましょう。



苦手な食べ物でもひと口  
食べてみましょう。



決められた時間内に、  
食べ終わるようにしましょう。

