



給食だより



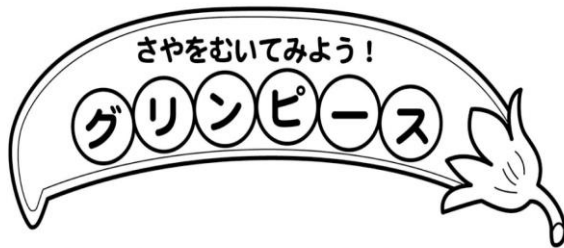
ご入学・ご進級おめでとうございます



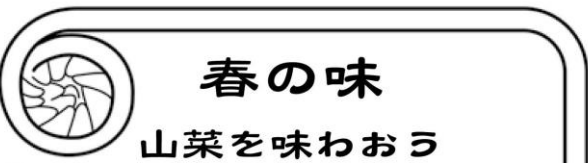
うらかな季節を迎え、新学期が始まりました。一生のうちで最も栄養の必要な成長期に、三度の食事は欠かすことができません。バランスのとれた食生活を心がけ、元気に新年度のスタートを切りましょう。

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	



グリーンピースは、さやえんどうの一種で、実の部分を食べる食材です。カロテンやビタミンC、食物繊維が多いのが特長です。冷凍食品や缶詰にも加工されていますが、旬の季節にとったばかりのグリーンピースが一番おいしいので豆ごはんやスープなど、いろいろな料理で食べてみましょう。



山菜は文字通り、山などに自然にはえているもので、野菜は畑などで人工的に育てたものです。地域によって大きな違いがありますが、雪がとけた後の3月ごろから5月ごろまでが収穫時期で、まさに春を味わうことができる食材です。

