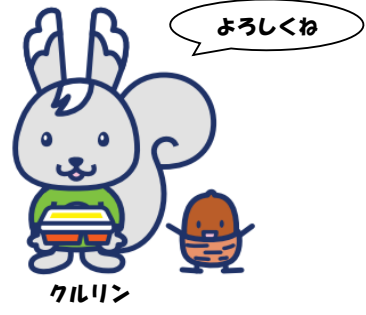


4月 食育だより



2024年4月

ご入園・ご進級おめでとうございます。
新しい環境に慣れて元気に過ごすために、3食の食事をきちんととるなど、生活リズムを整えていきましょう！
旬の食材も使用した安全でおいしい給食を提供してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



コープの給食について

しょくざいあてゲーム (こたえはひだりした)

季節感のあるメニュー

季節に応じて、旬の野菜や果物が入ります。
夏はスイカやメロン、秋はりんご、冬はみかんなど様々な生果物を入れています。



これはなんだろう？



安全・安心

サラダなどのドレッシングは、基礎調味料(醤油・砂糖・酢など)を混ぜ合わせて手作りしています。
だしは、天然だし(いわし・かつお・むろあじ・さば・まぐろ・昆布・椎茸)を使用しています。

食事のときの正しい姿勢

- 食事のときは、正しい姿勢を保てるように、ご家庭でも気をつけましょう。
- * 背すじをまっすぐ伸ばす。
 - * テーブルにひじをつけない。
 - * お茶碗やお椀は手に持つ。
 - * 両足を床につける。
 - * テーブルとおなかの間はこぶしひとつ分あける。



アレルギー対応

該当するアレルギー物質を含む食材は使用せず、個別に代用品をご用意します。
給食で使用しているマヨネーズは、すべて卵不使用のものを使用してい

食事のマナーを
まもっているかな？



おさらをもったべよう



ひじはつかない



くちのなかにものをいれたまましゃべらない



かきこまない



ゲームのこたえ：たけのこ