

給食だより 5月号

令和8年4月30日
品川区立八潮学園
校長 夏井 真一

新学期が始まって一か月が経ちました。運動会の練習も始まり、疲れがたまりやすい時期です。1日3食バランスよくしっかり食べ、しっかり睡眠時間をとり、毎日元気に過ごせるようにしましょう！

しっかり食べて体力をつけよう

みなさんは毎日、朝ごはんを食べていますか？

朝ごはんは、生活リズムを整えるためにとても大切です。しっかり朝ごはんを食べることで、午前中、集中して勉強や活動に取り組むことができます。

運動会の練習も本格的に始まるので、朝ごはんをしっかり食べてから登校するようにしましょう。

今月の献立紹介

22日(金) 5月5日「端午の節句（こどもの日）」にちなみ、「ちまき」を提供します。ちまきはもともと、中国から伝えられた端午の節句のお供え物で、悪い龍から盗まれないようにと葉っぱで包まれていたそうです。もち米やたけのこ・にんじんなどの具材を給食室で一つずつ竹の皮に包み、蒸して作ります。

28日(木) 2年生が、グリンピースのさやむきを体験します。むいてもらったグリンピースは、ほくほくのグリンピースごはんになって給食に登場します。



5月の給食目標 : 食事のマナーを身につけよう

食事マナーは、クラスのみんなが気持ちよく、楽しく給食時間を過ごすためにとても大切なことです。自分の食事マナーを振り返ってみましょう。



お皿を手で持たずに食べていませんか？



足を組んだり、悪い姿勢で食べていませんか？



くちゃくちゃ音をたてながら食べていませんか？

【問い合わせ】八潮学園 栄養士 八代 美弥子

電話 03-3799-1641

FAX 03-3799-1643