

# にこにこランチ 4 がつ

平成28年4月13日  
京都市立養正小学校  
校長 杉森 徳行  
栄養教諭 脇野 由友子

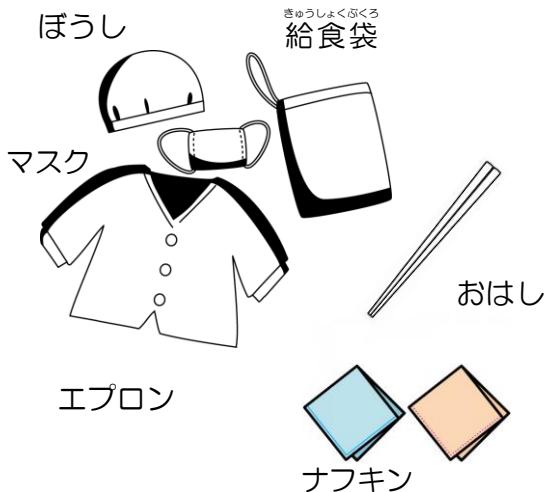
## 入学・進級おめでとう！



養正小学校に新しく一年生が入学し、  
2~6年生の人もまたひとつお兄さん・  
お姉さんになりましたね。今日から給食  
もはじまります。この「にこにこランチ」  
では、1年間を通して“食べること”に  
について考えていきます。

## 給食の持ち物チェック！！

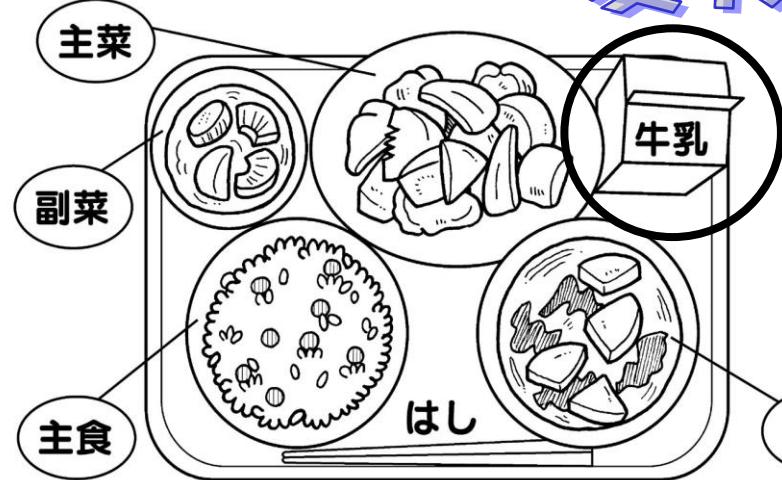
ナフキンは毎日使います。きれいなものを持ってきましょう。スプーンがつく日  
もありますが、おはしを持つ練習もした方がきれいに食べることができます。  
給食当番の人は、エプロン。ぼうし・マスクも忘れずに必ず持ってきましょう。



### 保護者の方へ・・・

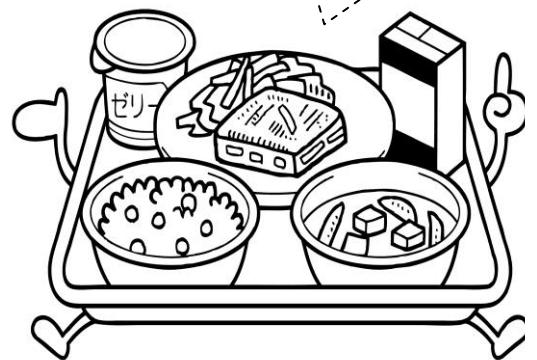
給食当番がまわってきた  
ましたら、給食エプロンの  
洗濯をお願いします。また、  
清潔なマスクの持参もお願  
いします。

牛乳を置く場所が  
変わりました！



今まで牛乳は左側に置いていましたが、家庭科の教科書の見本に合わせて右側に置くことになりました。食器のならべ方も、もう一度確認しておきましょう。

給食には、いろんな食べ物が出てきます。たくさんの“おいしい！”を見つけてね。



給食に毎日てる  
「牛乳」  
の残さず飲みましょう。

給食は、栄養のバランスを考えて献立を立てています。特に不足しがちなカルシウムは、強い骨や歯をつくるための大重要な栄養素です。このカルシウムをたくさん含んでいるのが「牛乳」。1日に必要なカルシウムの量をとるためには、給食の牛乳をしっかりと飲む事が大切です。

