



9月給食だより



令和8年9月1日
板橋区立富士見台小学校

いたばし しょくいく
板橋区食育キャラクター

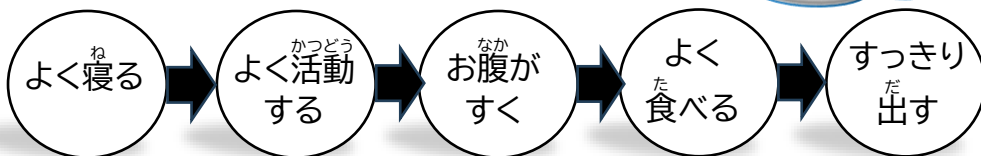
みなさんは、夏休みをどのように過ごしましたか。
暦の上では秋ですが、まだ暑い日が続いています。夏の疲れが出やすい時期なので、生活リズムを整えて、2学期も楽しく元気に過ごしましょう。



ねっちゅうしょう よ ぼう あさ すいぶん ほ きゅう
熱中症予防に朝の水分補給も
だいじ 大事だっちい！

朝ごはんは、1日のはじまりです。起きてすぐは、体がまだねむっています。朝ごはんを食べて、体が目ざめると、勉強や運動をするための元気がわいてきます。

できているかな？



みなさんの体は、毎日成長していて、運動量も増えているので、エネルギーや栄養素を必要としています。
栄養素をバランスよくとるためには、色々な食品を食べることが大切です。

苦手だと思う食材があっても、煮たり、炒めたり、揚げたり、調理方法によって食べやすくなることもあります。



参考：文部科学省 小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」、東京都生涯学習情報「食は生活リズムの大切なキーワード」



1日3食、栄養バランスのよい
食事を目指すっちい！

てつぶんきょう か こんだて
★鉄分強化献立★

こんげつ
今日は、「レンズ豆のカレー」と
だいず
「大豆のかりんとう」です。

食器の変更について（※2階喫食分のみ）

日頃より、本校の学校給食運営にご理解ご協力いただきありがとうございます。

現在、校舎2階で喫食しているクラスのお盆、食器、調理済み料理等の運搬は、校舎内の階段を使用し、手作業で行っています。

9月より、従事職員の負担軽減の観点から、該当するクラス分のみ、現在の強化磁器製の食器を、より軽量であるPEN食器（ポリエチレンナフタレートを主成分とした合成樹脂製の食器）に切り換えます。PEN食器は食品衛生の規格基準に適合した素材で、熱風消毒保管庫で使用できる耐熱性があり、割れにくく、全国の学校給食の現場で広く使われている食器です。

（※ 該当しないクラスの食器については、変更はありません。）