

5月給食だより



いたばしくしよく
板橋区食育キャラクター



令和7年4月30日
板橋区立紅梅小学校
校長 小宮 孝之
栄養士 加藤 望美

しんねん ど はじ げつ た なが やす あと せいかつ
新年度が始まり1ヶ月が経ちました。長いお休みの後などは生活リズムがくずれやすくなります。
がっこう ひ やす ひ はやね はやお あさ ところ にち げん き す
学校がある日もお休みの日も『早寝・早起き・朝ごはん』を心がけ、1日を元気に過ごしましょう。

あさ 朝ごはんは1日の活動に必要なエネルギーとなります。
せいかつ ととの 生活リズムを整えるはたらきもあります。

あさ たいせつ し
朝ごはんの大切さを知ろう

あさ 朝ごはんを食べて、
あたま からだ め ざ
頭と体を目覚めさせるっちい！



こんげつ きゅうしよくもくひよう
今月の給食目標

しせい
よい姿勢で
しよき
食器をきちんと持って
た
食べよう

よい姿勢で食べると、見た目がよくなるだけでなく、食べ物
しつかりと、よく噛めるようになります

よい姿勢 4つのポイント

- ① 机に向かってまっすぐ座ります。
- ② 背筋をのばします。
- ③ 足は床につけます。
- ④ 机とおなかの間はこぶし1個分あけます。



こんげつ むらきゅうしよく
★今月のとれたて村給食★
やまがたけん も がみまちさん
山形県最上町産アスパラのサラダ

いたばしく むら いたばし のうえん
板橋区では「とれたて村」と「板橋ふれあい農園
会」から買った『旬の野菜』を区内の全公立
しょうがっこう 給食に使用しています。

*「とれたて村」からは板橋区と交流のある市町村を
つなぐ団体です。

*「板橋ふれあい農園会」
は区内の農家さんの会
です。

こんねんど
今年度は
「とれたて村」から5回、
いたばし のうえんかい
「板橋ふれあい農園会」から4回
しゅん やさい とど
旬の野菜が届くっちい♪



たいけん
グリンピースのさやむき体験

4月23日、1年生がグリンピースのさやむきを
しました。

クイズを交えながら、グリンピースについて
学習した後、さやむきに挑戦しました。

グリンピースが苦手な児童も「苦手だけど食べら
れたよ」「1年生がむいてくれたからおいしい！」
と言って食べていました。



学務課からのお願い

いつも給食当番用エプロンの洗濯にご協力いただきありがとうございます。各家庭のご協力により、
次の給食当番が清潔なエプロンを着用できておりますが、ご使用される洗剤や柔軟剤の移り香が、食べ物の
本来の匂いをわかりにくくしたり、児童の食欲に影響を与えたりする場合があります。

香りの感じ方には個人差がありますので、洗濯の際はご配慮いただきますようお願いいたします。