



# いただきます

令和3年 4月号  
大阪市立

小学校

## がっこうきゅうしょく こころ からだ せいちょう 学校給食で心も体も成長しよう

きゅうしょく そだ こころ からだ しそくじ  
給食は、育ちざかりのみなさんの心と体をけんこうにしていくための食事です。  
いちねんかん きゅうしょく まな  
この一年間、給食からたくさんのこと学んでいきましょう。

### ○えいよう満点の給食です！

きゅうしょく まんてん きゅうしょく  
給食は、ごはんまたはパン、おかず、牛にゅうの組み合わせです。  
せいちょうき ひつよう かんが  
成長期のみなさんに必要なえいようのバランスが考えられています。  
まいにち きゅうしょく しまな  
毎日の給食からえいようのバランスのよい食事を学びましょう。

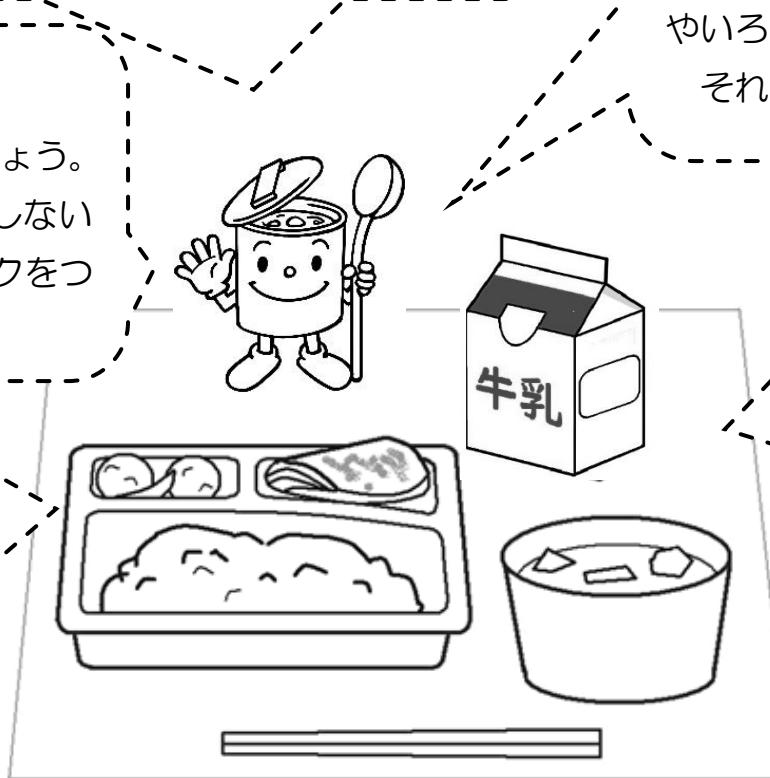
### ○新しい生活様式のマナーを学びましょう！

きゅうしょく まえ あと て あら  
給食の前と後にせっけんできれいに手を洗いましょう。  
ショウドク しうどく  
アルコールで消毒もしましょう。机はグループにしない  
で、会話はひかえましょう。食べ終わった後は、マスクをつ  
けましょう

### ○季節の食べ物を使っています！

きゅうしょく や はる なつ あき ふゆ  
給食の野さいやくだものは、春、夏、秋、冬と  
季節が感じられるように、できるだけ「しゅん」の  
ものを使っています。

「しゅん」は、食べものが一番たくさんとれて、  
おいしくなった時期のことです。



こんげつの・こんだての・しょうかい

にゅうがくいわ  
入学祝いこんだて

がつ にち か  
4月13日(火)



カツカレーライス  
フルーツしらたま  
ぎゅう  
牛にゅう

あたら 新 しきなかまになった1年生の入学をお祝いする  
ねんせい にゅうがく いわ  
こんだてです。みんなでお祝いしましょう。

### ○行事こんだてや郷土料理、外国の料理が登場します！

ひ つきみ きょうじ た  
「子どもの日」や「お月見」などの行事に食べるこんだて  
ち いき がいこく りょうり とうじょう  
やいろいろな地域や外国の料理も登場します。  
ち いき がいこく ぶんか でんとう しら  
それぞれの地域や外国の文化や伝統を調べてみましょう。

### ○給食にかかわる人

きゅうしょく ひと  
給食は、こんだてを考えたり給食を作ったりする人、米や野さいを育てる農家の  
かんが きゅうしょく  
ひと  
や、パンや牛乳をとどける人など、多くの人  
ひと  
たちによって作られています。

ここ  
心をこめて「いただきます」  
「ごちそうさま」のあいさつを  
しましょう。

