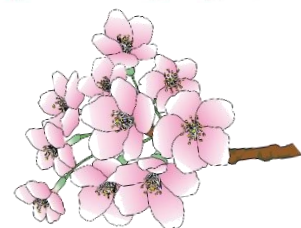


# 4月給食だより

令和7年4月8日(火)  
足立区立江南中学校  
校長 半村 拓哉  
栄養士 一ノ倉 諒太

ご入学、ご進級おめでとうございます。いよいよ新しい生活のスタートです。  
学校給食は、中学生の健やかな成長のため、適切なエネルギー量や栄養バランスを考え、安全で  
安心な食事を提供していきます。



## 《江南中学校の給食》

本校の給食の時間は、4時間目が終了した12時30分から13時00分までで  
す。30分の間に準備、配膳、喫食、をしなければなりません。  
学級全員で協力をしましょう。

## 給食当番の身だしなみチェック

☐ 帽子から髪の毛が出ない  
ようにする

☐ 手はきちんと洗い、清潔  
なハンカチで拭く



☐ 清潔な白衣を着る

☐ 爪は短く切る

☐ マスクをつける

給食室では、安心・安全を心がけ、食中毒や異物混入などの事故が起こらないよう  
に日々、作業をしています。給食を安心して食べることができるように皆さんも上記  
のことを守って、給食の準備をしましょう。



## 学校給食の取り組み



### 野菜の日

足立区の全小中学校の取り組みです。毎月、旬の野菜のおすすめメニューを献立  
に取り入れます。「給食だより」でもレシピを紹介するので、家庭でもぜひ作ってみ  
てください。

### ベジファースト「ひと口目は野菜から」

「ひと口目は野菜から」と意識して食事をしていますか。ひと口目に野菜を食べ  
てから、他のものを食べることで、糖尿病になるリスクを下げる可以说是という研究結果があります。

このことから足立区では「ひと口目は野菜から」の声かけをしています。皆さん  
も食事をするとき、まずは野菜を食べることを意識してみましょう。

### 給食の食材・産地

給食で使われている食材の産地を気にしたことはありますか。学校給食で使用し  
ている野菜や果物、肉類などは基本的に国内産のものを当日に納品しています。特  
に小松菜は、足立区内の畑で作られたものを使用しています。新鮮な食材を使って  
給食は作られているのです。

生産者や配達をしてくれる方、調理員さんに感謝の気持ちをもって、毎日の給食  
を味わって食べましょう。



よろしくお願いいたします！



## ☆ご紹介☆

昨年度に引き続き「株式会社 メフォス」の調理員さんが江南中学校  
の給食を作ってくれています。皆さんが、給食室の前に掲示してある  
献立をチェックしている姿や「おいしかった！」という声にとっても励ま  
され、毎日おいしい給食を作ろう！という意識が高まるそうです。  
感謝の気持ちをもって、おいしくいただきましょう。