



小学校給食
予定献立表はこちら

ご入学、ご進級おめでとうございます。気持ちも新たに1年間を元気に、楽しく過ごしてくださいね。給食室ではおいしい給食づくりで、みなさんの心と体の成長を応援します。

毎回の食事に黄・赤・緑の栄養三色をそろえて食べましょう

食べ物は、はたらきによって、黄・赤・緑の3つのグループに分けることができます。この3つのグループのことを「栄養三色」といいます。毎日元気にすごすことができるように、「栄養三色」がそろった食事をしましょう。

***黄の**
たべもの

ごはん・パン・いも・めん
さとう・あぶら など

エネルギーになります

***赤の**
たべもの

にく・さかな・たまご
ぎゅうにゅう・だいず
かいそう など

からだをつくれます

***緑の**
たべもの

やさい・くだもの・きのこ

からだのちょうしを
ととのえます

給食は栄養三色がそろっています！
給食は栄養三色がそろっています。苦手なものや初めて食べるものでも、少しずつ食べられるように一口は挑戦して味わってみましょう。きっと新しいおいしさに出会えますよ！



★給食の服装クイズ★



<〇にあてはまる言葉を考えましょう。〇は1つ1文字です。>

- ①せっけんでしっかり 〇 をあらいましょう。
- ② 〇〇 は短く切っておきましょう。
- ③清潔な 〇〇〇〇 を身につけましょう。
- ④ 〇〇〇 は髪の毛が出ないようにかぶりましょう。
- ⑤鼻と口をおおうように、きちんと 〇〇〇 をつけましょう。

<保護者の皆さまへ>



～今年度の給食について～

日程

- 1学期：4月9日（木）（1年生は4月20日（月））～7月16日（木）
- 2学期：8月26日（水）～12月23日（水）
- 3学期：1月12日（火）～3月23日（火）（6年生は卒業式前日まで）

食物アレルギーの対応について

吹田市では全校統一で「乳・卵・小麦の一部」の除去食、給食の全欠食、主食欠食、副食欠食、牛乳欠食の対応を基本としています。対応をご希望の方は、毎年提出していただく書類がありますので、学校までお申し出ください。

なお、「えび・かに・くるみ・そば・落花生（ピーナッツ）・アーモンド・カシューナッツ・あわび・いくら・キウイフルーツ・バナナ・マカダミアナッツ・やまいも」の13品目はそのものや原材料の一部としての提供はありません。

学校給食では、お子さまの発育・成長を考え、安全な材料を厳選し、衛生的に調理しております。安心・安全なおいしい給食の提供ができるように取り組んでまいりますので、御家庭でも御協力をいただきますようよろしくお願いいたします。

しょくもつ 食物アレルギーってなあに？

「食物アレルギー」は、ある食べ物を食べたり、触れたりすることで起こる体の症状で、ときに命にかかわることもあります。みんなが「食物アレルギー」を正しく知ることで、事故を防ぎ、安全に楽しく食べることができます。

げんいん たもの 原因になる食べ物は？

原因になる食べ物は、卵、牛乳、小麦、大豆、えび、いか、魚、ピーナッツ、そば、山芋、果物などいろいろありますが、その人によってちがいます。



た 食べてしまったらどうなるの？

かゆくなる、おなかが痛くなる、はきけがする、息苦しくなる、など、その人によって症状がちがいます。

しょくもつ 食物アレルギーのある人はどうしているの？

食物アレルギーのある人は、その食べ物を食べないように気を付けています。毎朝と、給食を配る前には、担任の先生と給食の献立を確認します。その日の給食で「食べられないもの」をしっかりとチェックしてから、一番最初に給食をもらいます。



みんなが食べるおかずのかわりに「除去食」を食べることもあります。「除去食」というのは、卵や牛乳・小麦などを入れずに作ったおかずのことです。また、アレルギーの原因になる食べ物を食べないで、おうちからかわりのおかずをもってこることもあります。

おな 同じクラスみんなはどうしたらいいの？

①食物アレルギーのことをよく知しましょう。食物アレルギーは好き嫌いではありません。本当は、みんなと同じものを一緒に食べたいと思っているかもしれません。食物アレルギーのある人の気持ちを考えてみましょう。



②食物アレルギーがある人はやってはいけない給食当番もありません。こころよくかわってあげましょう。

③給食を配る時は、食物アレルギーのある人が先にとりにいくよう、声をかけましょう。また、まちがって配られていないか、気にすることができるといいですね。

④遠足の時におやつ交換は禁止です。



⑤食物アレルギーのある人が、つらそうにしているときや、なにかおかしいことがある時は、すぐに先生に知らせましょう。

しょくもつ 食物アレルギーのある人はどうしたらいいの？

①その日の給食で、食べてもよいもの、食べられないものを、おうちの人と毎朝、確認してから学校に来ましょう。

②毎朝と、給食の時間に、先生と給食メニューを確認しましょう。かわりのものを持ってきていたら先生に言いましょう。

③おかわりのときに、食べられないものを
おかわりしないよう、気をつけましょう。

④しんどくなったり、自分に何か変わったことがあったらすぐに先生に知らせましょう。

