平成２３年４月１９日

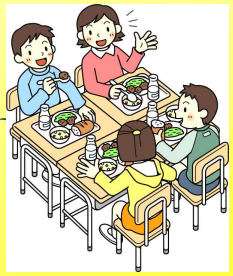
河小 食育だより 4月号

こんにちは。
栄養教諭の堀崎です。
お子さんのご入学・ご進級おめでとうございます。１８日（月）から全校の給食が始まりました。これから毎月、子どもたちの心身の健康をはぐくむ食育についてお知らせします。

美浜町
学校給食センター
町内の小学校６校，中学校２校の2300食の給食を作ります。

★ 学校給食は、成長期の子どもたちに必要な**栄養素**や**量**を考えた食事です。残さず食べたいですね。
毎月の献立表・食育だよりも，ぜひお役立てください。

平成２３年度　河和小学校の「食の重点目標」は



１．好き嫌いなく食べること
いろいろな食べ物を食べることで，食べることへの意欲が高まります

２．望ましい食事マナーを身に付け、感謝して食べること
心と体は食べ物によってはぐくまれます。食べ物を大切にして，マナーよく食べることは，自分を大切にすることでもあります。

３．朝食を充実させ、生活習慣を見直すこと
落ち着いた学校生活を送るためには、まず朝食内容を充実させることが必要です。併せて，生活習慣を見直し，リズムある生活をしましょう。