

きゅうしょくだより4月

令和8年4月7日(火)

墨田区立東吾嬬小学校

校長 藤村 雅彦

ご入学、ご進級おめでとうございます。

学校生活を楽しく元気に過ごせるように、睡眠をしっかりと、早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかりと食べて登校しましょう。

学校給食は、成長期の子どもたちに必要な栄養がバランスよくとれるように献立を考えています。給食準備から片づけまでみんなで協力して、給食の時間を楽しくすごせるようにしましょう。

給食のすすめかた

給食時間

準備・配ぜん 15分

食べる 25分

片づけ5分

準備

給食当番

ぼうし

かみの毛はぼうしの中に入れ
かみの長い人は結びましょう。

マスク

鼻と口が出ないように
きちんとつけましょう。

白衣

ボタンをとめて、きちんと
着ましょう。

手

爪は短く切りましょう。
石けんできれいに洗い
ハンカチでふきましょう。



①体調が悪い時は、先生に言って代わってもらいましょう。

②ぼうし・白衣・手・マスクのチェックをしましょう。

ご家庭へのお知らせとお願い

給食当番は週末にぼうしと白衣を袋に入れて持ち帰ります。洗濯をして翌週に持たせてください。みなさんで順番に使用します。ボタンがとれていたり、ほつれている時は、なおして下さるようお願いいたします。

給食当番以外の人

給食当番以外の方は手を石けんできれいに洗い、ハンカチでふきましょう。

順番がくるまで、自分の席で静かに待ちましょう。

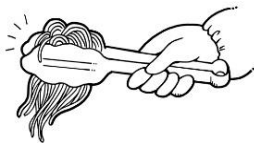
配ぜん



サンプルを見て、お皿の種類や1人分の量を確認しましょう。



同じ量になるように配りましょう。



汁物は下からよく混ぜて具と汁をバランスよく配りましょう。



配ぜんに使う器具



しゃもじ
ごはんに使います。



おたま
汁ものに使います。



トング
パン・めん・焼き物・揚げ物・サラダ
あえもの・くだものなどに使います。

食べ方

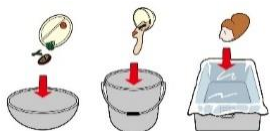
- ①「いただきます」のあいさつまでは、いすにすわって静かに待ちましょう。
- ②あいさつの後は、正しい姿勢で食べましょう。
- ③はしやスプーンを正しく使い、よくかんで食べましょう。
口の中に食べ物が入っているときは話をするのはやめましょう。
- ④好き嫌いをしないで、苦手なもの、初めて食べるものも、一口食べてみましょう。時間内に食べ終わるようにしましょう。

食べやすい大きさにしてから食べましょう



片づけ

残ってしまったものは、入っていた食缶に戻しましょう。



おぼん・食器・スプーン・はしはそれぞれのかごに、きちんとそろえて戻しましょう。



ワゴンはゆっくり、静かに運びましょう。



給食費について

墨田区では、給食の材料費等を給食費として低・中・高の三段階に分けています。令和8年度給食費は以下のとおりです。今年度の給食費は全額公費負担となります。

	給食費 (月額)	年間金額 (11ヶ月)
低学年	5,747	63,217
中学年	6,307	69,377
高学年	6,944	76,384