



Table with 7 columns: 行事日, 献立名, 牛乳, 赤の仲間 (血や肉になる), 黄の仲間 (熱や力の元になる), 緑の仲間 (体の調子を整える), その他, 1食あたりのたんぱく質. Rows include items like ホイコーローどん, ごはん, セサミトースト, etc.

Table with 7 columns: 行事日, 献立名, 牛乳, 赤の仲間 (血や肉になる), 黄の仲間 (熱や力の元になる), 緑の仲間 (体の調子を整える), その他, 1食あたりのたんぱく質. Rows include items like ごはん・のりのつくだに, さげのしおこうじやき, マーボーどん, etc.

\*仕入れの都合などにより、食材や献立を変更する場合があります。





# きゅうしょくだより4月



令和8年4月6日  
墨田区立緑小学校  
校長 浮津 あゆみ  
栄養士 杉村 琴胡

ご進級、ご入学おめでとうございます。いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。環境が変わり、期待ややる気に満ちている半面、疲れが出やすい時期です。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、睡眠をきちんと取る習慣をつけましょう。

学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、さまざまな事を学ぶ教材となるものです。安全や衛生に配慮しながら、心をこめておいしい給食作りに努めてまいります。1年間よろしくお願いいたします。

## ☆ 給食のルール ☆

準備  
配ぜん  
15分

- ① 机の上はきれいに片付けて、ランチョンマットをしきましょう。
- ② せっけんできれいに手をあらいましょう。
- ③ 配膳台を消毒タオルで拭いてから、食缶を置きます。

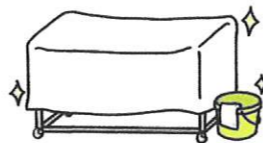


### 給食当番さん

- 白衣・帽子・マスクを、身につけます。ボタンもしっかり留めましょう。
- 髪が長い人は結びます。
- 体調が悪い人は先生に伝えて、当番をかわってもらいましょう。

食事  
20分

- ① 命に感謝をして、いただきますとごちそうさまの挨拶をしましょう。
- ② 気持ちよく食事ができるような会話と声の大きさを心掛けます。
- ③ 苦手なものもひとくちはチャレンジをしましょう。
- ④ ごちそうさまの挨拶までは、自分の席に座りましょう。



片付け  
10分

- ① おぼんは両手で持って、片付けます。
- ② 食べ残しは入っていた食缶に戻します。  
牛乳も中身をバケツに出して、開いてリサイクルに出します。
- ③ おはしやスプーン・フォークはむきをそろえてケースにいれましょう。
- ④ 消毒タオルで配膳台をきれいにふいて、配膳台カバーをかけます。  
消毒タオルはワゴンの上の段に乗せて給食室に返します。

数が足りない・  
落としてしまったら…

給食室へ行き、  
ピンクの扉を開けて  
大きな声で調理員さんを  
呼びましょう。  
(中には入れません)

食器を割ってしまったら…

担任の先生を呼び、  
けがをしないように  
片付けます。  
割れた食器は  
新聞紙とガムテープで包み、  
栄養士の所に来てください。

栄養士の先生や  
調理員さんを見つけたら…

おいしかった！  
食べられた！など  
感想を伝えてくれたら  
とっても嬉しいです。



## 保護者の方へ



### <献立表について>

- 毎月、献立表をデータで配信しています。紙面が必要な場合は事務室前のBOXからお子さんが持ち帰るようにお願いいたします。
- 給食で初めて食べた食品で、アレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをおすすめします。

### <白衣について>

給食当番は1週間の交代制で、週末に白衣を持ち帰ります。次に使うお子さんが気持ちよく着られるように白衣の洗濯・アイロンがけのご協力をお願いします。

みんなで順番に使うものなので、ボタンがとれていたり、ほつれていたら直して下さるようお願いいたします。次の登校時に忘れずに持たせてください。

### <給食費について>

墨田区では令和8年度についても、引き続き、学校給食費を全額公費負担（保護者負担なし）で実施します。

### ◎令和8年度の学校給食費（月額）

区分		令和8年度 月額	年間基準給食回数	(参考) 1食平均単価
小学校	低学年	5,747円	194回	330円
	中学年	6,307円	194回	360円
	高学年	6,944円	194回	395円