



給食だより

鳥栖市教育委員会
令和5年4月発行



ご入学、ご進級おめでとうございます。明るい春の日差しとともに、新学期が始まりました。子どもたちの心と体の健やかな成長を支えるよう、今年度も安全でおいしい給食の提供を目指します。

中学校給食について

中学校給食は、曾根崎町にある
㈱日米クックの調理場で作られています。

主食

お米は鳥栖市産の「夢しずく」
「ヒノヒカリ」を使用しています。
また、月2回程度、パンを提供し
ています。

アレルギー

アレルギー対応については、小学校
同様に、食物アレルギー対応の食物
(鶏卵・乳・えび・かにの4品目)に
関して、「完全除去」を基本とした対
応食の提供を行います。



(給食のイメージ)

牛乳

牛乳は、毎日1本、全員につ
きます。育ち盛りの子もた
ちに欠かせない「カルシウム」を
たくさん含んでいます。

その他

季節や行事に応じて、デザートに
ゼリーやケーキがつくこともあります。

中学校給食はトレイ、お箸類がありません。
ランチョンマットとお箸類を持参してください。

学校給食は、食塩相当量
の摂取基準値に沿って作ら
れるため、薄味になります。



～生活リズムを整えよう！！～

早寝



従来から「寝る子は育つ」と言われていますが、睡眠には心身の疲労
を回復させる働きのほかに、脳や体を成長させる働きがあります。

早起

朝の光を浴びると、脳の覚醒を促す脳内ホルモンであるセロトニンが活発に
分泌されます。その結果、頭がスッキリと目覚め、集中力があがります。また、
自律神経が副交感神経から交感神経に切り替わり、活動に適した体になります。



朝ごはん



朝は、1日の出発点です。寝ていた体も頭も活動を開始するときです。
朝ごはんを食べることは、睡眠による休息モードから活動モードへ心身を
切り替え、生活リズムを整えるためにとても大切です。

給食だよりは
HPにてカラーで
見ることができます♪

