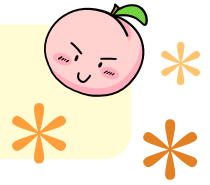


給食が始まります



みなさん、こんにちは。今日から、給食が始まります。

ところで、みなさんは、なぜ学校で給食を食べるのか知っていますか。

それは、丈夫で健康な体を作るためです。私たちは、食べ物から栄養を補い、勉強したり、運動したりしています。食べ物に含まれている栄養素には、たくさん種類があり、それぞれ大切な働きがあります。そのため、食べ物の種類や量をバランスよく食べて、いろいろな栄養素をとることが大切です。

給食では、成長期のみなさんにとって、必要な量をしっかりとれるように献立を考えて、丈夫な体を作るお手伝いをしています。

また、給食では栄養のこと、食べ物のこと、マナーのことを紹介していきますので、一緒に学んでいきましょう。

