

4月 食育だより

いばらきけんりつきょうわとくべつしえんがっこう
茨城県立協和特別支援学校

2026.4

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も、安心・安全でおいしく魅力ある給食づくりに努めます。どうぞよろしくお願ひいたします。

給食が始まります～す！



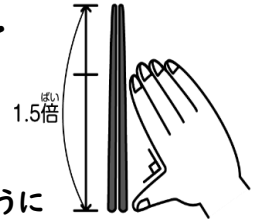
協和特別支援学校の給食について紹介します。調理員5人と栄養教諭1人で作っています。

献立について

米飯給食推進のため、週3～4回米飯を、その他にパンやめんを提供します。
できるだけ茨城県産の食材を使用しています。児童生徒が育てた野菜を使用することもあります。
提供量は①小12、②小34、③小56、④中高の4種類で、献立表には③の栄養価を掲載しています。

食具について

はし・スプーン・フォークは成長にあったものをお持ちください。
はしの長さは、右のイラストのように親指からひとさし指までの長さの1.5倍が目安です。
料理に合わせた食器（茶碗・汁椀・平皿・丼など）を使用します。実態に応じて自助食器を貸し出します。



食物アレルギーについて

除去食・一部代替食の給食対応を行っています。
本校の給食には、生卵、ピーナッツ、カシューナッツ、アーモンド、ヘーゼルナッツ、くるみ、ピスタチオ、キウイ、メロン、グレープフルーツ、生のラフランス、生のりんご、生のバナナ、生のもも、そば、山芋、えびを使用しません。
卵は加熱して提供し、サラダ・あえ物には卵不使用マヨネーズを使用します。ソフトめん・パンは卵不使用です。ラフランス・りんご・バナナ・ももは、ジャムや缶詰、デザートなどの加工品や、焼きりんごのように加熱して提供することがあります。



白衣・エプロンについて

体に合った清潔な白衣・エプロンをお持ちください。
アイロンかけをすることで、除菌効果が期待できます。



毎月の食育だよりでは、学校の取り組みや給食について紹介します。
お子さまと一緒にご覧いただき、話題にしていただけなら幸いです。おうちの食事でも声かけ・サポートをお願いします。



<食事の声かけ例>

- ★「ひとくち30回」もしくは「いつもより10回多く」かんでみよう
- ★魚の骨を取ってみよう
- ★食器を正しい位置に並べよう
- ★はし(スプーン・フォーク)を正しく持って、姿勢よく食べよう
- ★みかんなどの皮を自分でむいてみよう
- ★袋を自分で開けてみよう、ごみは小さくまとめよう