



ほほえみだより



令和2年4月号

松伏町学校給食センター TEL992-2161 FAX992-3192 (223号)

がっこうきゅうしょく

学校給食について

保護者の皆様からお預かりした学校給食費は、全て食材料費に充てられており、給食に関わる施設・設備及び人件費に要する経費は、松伏町が負担しております。

これからも子供達が元気に学校生活を送れるよう、安全・安心に留意し、心を込めて給食を作っていきます。

今年度もよろしくお願いたします。



まつぶしまち がっこうきゅうしょくきゅうあんどえー 松伏町の学校給食 Q & A

Q 1年間で給食は何回あるの？

A 190回（※行事等で日数が減る場合があります。）

Q 何人の調理員さんで、何人分の給食を作るの？

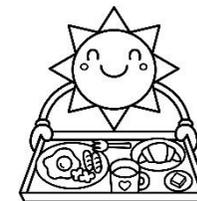
A 26人の調理員さんで、約2400食を作っています。

Q 給食は何時から作り始めるの？

A 朝8時から始まり、11時30分頃までかかります。



あさ た 朝ごはんを食べよう



「早寝・早起・朝ごはん」1日を元気に過ごすためには欠かせないキーワードです。特に、朝ごはんは1日を活動的に、そして健康的に過ごすために必要です。午前中の授業にしっかりと取り組むために、朝ごはんは必ず食べてから登校しましょう。

あさ こうか 朝ごはんの効果



からだ ととの ① 体のリズムを整える

朝ごはんを食べるとエネルギーが身体全体に行き渡り、各臓器や器官が目覚まし、活動する準備が整います。

たいおん あ ② 体温を上げる

人は睡眠中に体温が下がり、朝起きた時、身体はまだ眠った状態です。朝ごはんを食べることで、身体で熱が作り出され、体温が上がります。

のう ほきゆう ③ 脳にエネルギーを補給

脳は睡眠中でもエネルギーを使うため、朝起きた時にはエネルギー不足の状態です。脳は「ブドウ糖」をエネルギー源に活動するので、ご飯やパンなどの炭水化物を取り入れましょう。

