



食育だより

令和8年度 第1号

北海道伊達高等養護学校

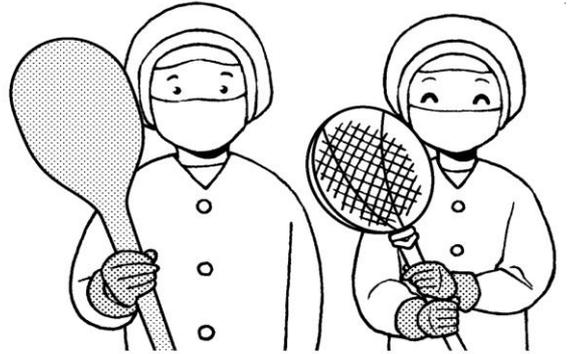


しんねんど はじ
新年度が始まりました！



がっ こう きゅうしょく はじ 学校給食が始まります

がっこうきゅうしょく せいちよう き しんしん けんぜん
学校給食は、成長期にあるみなさんの心身の健全な
はったつ えいよう バランスのとれた ゆた しょくじ ていきよう
発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供
しています。また、しょく かん しどう こうかてき
食に関する指導を効果的にすすめ
る教材としての役割も持っています。
こんねん ど あんしんあんぜん きゅうしょく ていきよう
今年度も安心安全でおいしい給食を提供していきま
すので、よろしくお願ひします。



©少年写真新聞社2026

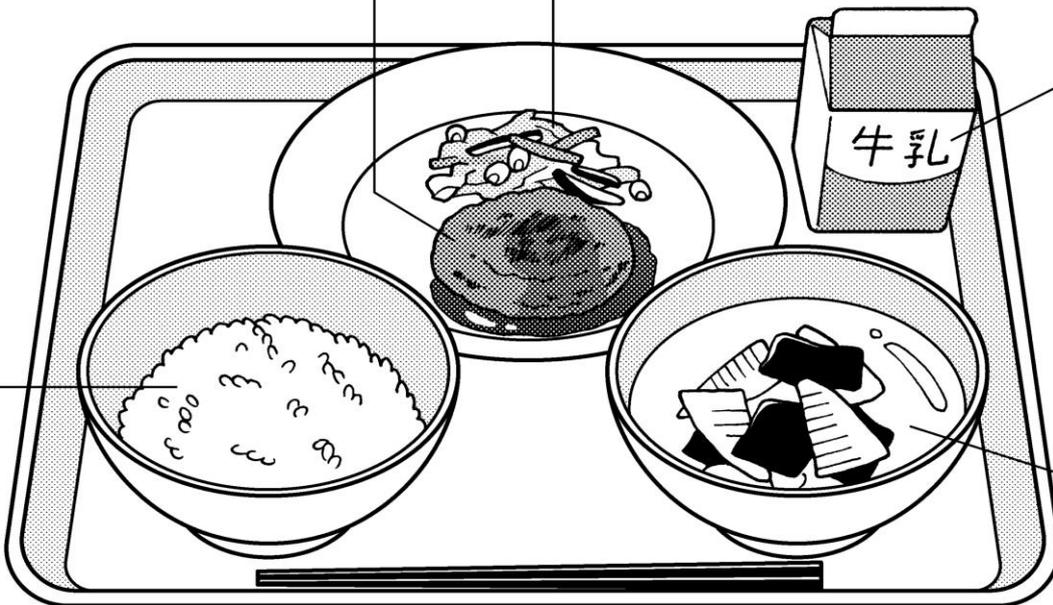
えい よう しょくじ みほん きゅうしょく 栄養バランスがよい食事の見本！ 給食

しゅさい 主菜

さかな にく たまご とうふ
魚、肉、卵、豆腐などを使ったおかず。
おもに体をつくるもとになります。

ふくさい 副菜

やさい きのこ
野菜、きのこなどを使ったおかず。おもに
からだ ちょうし
体の調子をととのえるもとになります。



ぎゅうにゅう 牛乳

しゅしょく 主食

ごはん、パン、めんなど。おもにエネルギーのもとになります。

しるもの 汁物

みそ汁、スープなど。

©少年写真新聞社2026