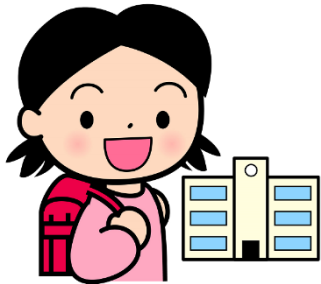


給食だより



一関市
真滝学校給食センター
2019.4.4 (木)



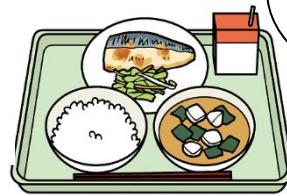
新入生を迎えて、新しい1年が始まりました。環境が変わったり、新しいことが始まったりして期待ややる気に満ちている反面、知らず知らずのうちに、ストレスや疲れをためてはいませんか。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と睡眠をきちんとする習慣をつけましょう。

学校給食は、安全や衛生に配慮した栄養バランスのとれた食事です。成長著しいみなさんの心と体の発達を支えます。1年間よろしくお願いします。

学校給食の役割

— 学校給食は生きた教材です —

学校給食は、「学校で食べる食事」ということだけでなく、栄養のバランスのとれた豊かな食事で、成長期にある子どもたちの健康の増進を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように、「食に関する正しい知識」と「望ましい食習慣」を身につけるための教材となるものです。



学校給食を通して学ぶこと.....

<p>1 楽しく会食すること</p> <p>● 食事のマナー</p> <p>● 会食を通して人間関係を深める</p>	<p>2 健康によい食事のとり方</p> <p>● 栄養バランスのよい食事</p> <p>● 日常の食事の大切さ</p>
<p>3 食事と安全・衛生</p> <p>● 安全で衛生的な食事の準備や後片付け</p> <p>● 食中毒予防 ● 自分の健康</p>	<p>4 食事環境の整備</p> <p>● 食事にふさわしい環境づくり</p> <p>● 衛生的な盛り付け ● 環境や資源に配慮</p>
<p>5 食事と文化</p> <p>● 郷土食や行事食</p> <p>● 地域の食料の生産・流通・消費</p>	<p>6 勤労と感謝</p> <p>● 感謝の気持ち</p> <p>● みんなで協力して自主的に活動</p>

【献立表について】

今年度の献立表から、各学校の給食なしの日を記載しています。

昨年度までは、給食の食器の置き方を記載していました。

ちなみに、食器の置き方は、右上に牛乳、仕切り皿は右側に主菜（魚・肉・卵のおかず）を、左側に副菜（野菜のおかず）を、汁椀は手前の右側へ、ごはん・パンは手前の左側へ置くことになっています。

また、各学校の給食なしの日は、献立表作成時の予定内容です。変更になる場合がありますので、各学校のおたよりやメールなどでご確認ください。

給食の準備...こんなことに気をつけて

給食当番

- マスク 鼻も口も入れる
- ぼうし 髪の毛がないように
- きれいに洗った手
- つめは短く

当番以外の人

- 床に直接、食器やパン箱などを置かない
- 空気入れかえ

全員

汁ものは底をよくかき混ぜながら盛り付ける

分量に気をつけて、見た目もきれいに盛り付ける

せっけんで手を洗う

配膳台・机の上を拭く

今月のクイズ

- Q1. 汁ものを盛り付ける時はどちらが良いでしょうか？ A.よくかき混ぜてから盛る B.そのまま盛る
- Q2. マスクの正しいつけ方はどちらでしょうか？ A.鼻は出してつける B.鼻も口も入れてつける
- Q3. 食器カゴや食缶の取り扱いはどちらが正しいでしょうか？ A.床に置く B.きれいに拭いた配膳台に置く

【答え】
Q1.A
Q2.B
Q3.B