

4月給食だより

京ヶ瀬中学校



ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、希望や期待に胸をふくらませていることと思います。一方で、環境の変化による疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。体調をくずさないようにするには、夜は早めに寝てぐっすり睡眠、朝ごはんをしっかり食べる生活リズムが、本当に大切で効果があります。

給食室では、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう、職員一丸となって取り組んでまいります。今年度も学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

4月の給食目標

食事のマナーやきまりを守り、
楽しい雰囲気ですべてができる。

給食当番のお仕事編

<p>身だしなみを整えましょう</p>	<p>協力して準備をしましょう</p>	<p>1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう</p>	<p>汁物は底からよくかき混ぜ、具を均等にゆそいましょう</p>
---------------------	---------------------	---------------------------	----------------------------------

給食の食べ方編

<p>よい姿勢で食べましょう</p>	<p>口をとじて、よくかんで食べましょう</p>	<p>立ち歩いたり、友達が嫌がる話をしたりするのはやめましょう</p>	<p>時間内に食べ終わるようにしましょう</p>
--------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------

後片付け編

<p>食べ終わったら、席で静かに待ちましょう</p>	<p>食べ残しはそれぞれの食缶に戻しましょう</p>	<p>食器類は種類ごとにきちんと重ねてカゴに戻しましょう</p>	<p>協力して後片付けをしましょう</p>
----------------------------	----------------------------	----------------------------------	-----------------------

月	火	水	木	金
<p>8日</p> <p>にゅうがくしき 入学式</p> <p>お祝いゼリー</p> <p>のり酢あえ</p> <p>いなりちらし</p>	<p>9日</p> <p>お祝いゼリー</p> <p>のり酢あえ</p> <p>いなりちらし</p> <p>いわに 沢煮わん</p>	<p>10日</p> <p>いちごのタルト</p> <p>カラフル サラダ</p> <p>ハヤシライス</p>	<p>11日</p> <p>きり干し 和風</p> <p>だいこん 大根いため</p> <p>ハンバーグ</p> <p>わかめ ごはん</p> <p>とうふのみそ汁</p>	<p>12日</p> <p>おかか和え</p> <p>たまご焼き</p> <p>ごはん</p> <p>あつあつ 厚揚げのそぼろ煮</p>
<p>15日</p> <p>コールスロー サラダ</p> <p>かつおカツ</p> <p>菜めし</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>16日</p> <p>もやしの サラダ</p> <p>コーン しゅうまい(2こ)</p> <p>ごはん</p> <p>ちゅうがふう 中華風肉豆腐</p>	<p>17日</p> <p>アーモンド和え</p> <p>キャベツメンチカツ</p> <p>茶めし</p> <p>みそけんちん汁</p>	<p>18日</p> <p>清美 オレンジ</p> <p>ごまじゃこ サラダ</p> <p>ポーク カレーライス</p>	<p>19日</p> <p>ひじき煮</p> <p>ホキのコーンマヨ焼き</p> <p>ごはん</p> <p>はる 春キャベツのみそ汁</p>
<p>22日</p> <p>和風ツナポテトサラダ</p> <p>ごまやき肉</p> <p>ごはん</p> <p>わかたけ 若竹汁</p>	<p>23日</p> <p>フルーツ サラダ</p> <p>ミニオレンジゼリー</p> <p>ジャンバラヤ</p> <p>あさりのミルクスープ</p>	<p>24日</p> <p>こんぶ和え</p> <p>さばのみそ煮</p> <p>ごはん</p> <p>にくじゃが</p>	<p>25日</p> <p>ソース</p> <p>小松菜のケチャップソテー</p> <p>ミートコロケ</p> <p>チョコチップパン</p> <p>たまごコーンスープ</p>	<p>26日</p> <p>海そうサラダ</p> <p>揚げぎょうざ(2こ)</p> <p>中華めん</p> <p>ごもく 五目うま煮スープ</p>
<p>29日</p> <p>しょうわ 昭和の日</p> <p>ごはん</p>	<p>30日</p> <p>カレーもやし</p> <p>とり肉のから揚げ</p> <p>ごはん</p> <p>じゃがいものみそ汁</p>	<p>はい 配ぜん 正しい置き方をしていますか?</p> <p>主菜 副菜 主食 汁物</p> <p>これを参考に自分の配ぜんをチェックしてみましょう。正しい配ぜんはスムーズに食事をするための第一歩です。</p>		

給食を通して学んでほしいこと

小学校での6年間と、中学校での3年間、毎日食べる給食を通して、右のようなことを知ったり、考えたり、そして身につけてくれたらいいな、と思っています。

<p>栄養バランス</p> <p>食品の種類や特徴</p> <p>感謝の心</p> <p>食料の生産・流通・消費</p>	<p>ふるさとの食文化</p> <p>よりよい人間関係の形成</p> <p>日本の伝統行事と行事食</p>	<p>食事の喜び・楽しさ</p> <p>世界の食文化</p> <p>食に関する知識・理解・関心</p>
--------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------