

# 5月 給食だより

京ヶ瀬中学校

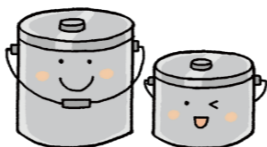


新年度に入って1か月が経ち、生徒の皆さんは新しい環境に慣れてきたようです。1年生の皆さんも、先生の指導のもと給食の準備や後片付けを協力してスムーズに進めている様子が見られ、頑張っているなと感心しています。慣れてきたところで連休に入りますが、連休後も元気に登校してモリモリと給食を食べて、充実した中学校生活を送る力を蓄えてほしいと願っています。

## 5月の給食目標

### 準備や後片付けを自主的・能率的にできる

給食当番はクラスみんなの給食を、安全で衛生的に準備をして配膳するという大切な役割があります。時間になったらきちんと身支度をし、手洗いをしっかりと行って、協力して思いやりや責任を持った活動ができるようにしましょう。



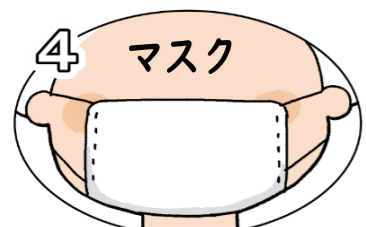
1 つめ  
つめがのびていませんか？  
短く切っておきましょう。



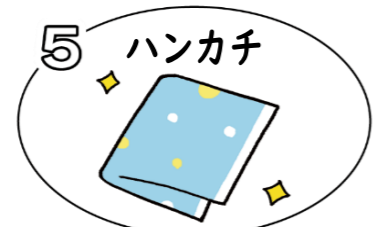
2 エプロン  
きれいに洗ったエプロンを  
身につけましょう。



3 三角巾  
髪の毛が出ないように  
三角巾で頭をおおきましょう。



4 マスク  
マスクは口と鼻がかけれる  
ようにつけましょう。



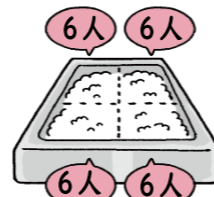
5 ハンカチ  
清潔なハンカチを  
毎日用意しましょう。



6 手洗い  
石けんを使って十分な  
手洗いをしましょう。



汁ものは、具が多かったり少なかったりしないように、底の方までよくかき混ぜます。ごはんは24人の場合、全体を4等分した量から6人分を配るようになるなどの目安をつけると、配膳しやすくなります。



## 食べたあとは… 心をこめてあとかたづけ

おうちでもね！



感謝の気持ちを持って、ていねいにかたづけをしよう



食器に食べものがついていないか確認しよう



食べ残しはルールを守って食缶に戻そう



配膳台やテーブルをきれいにしよう

月	火	水	木	金
	<p>登校前に 毎日朝ごはん</p> <p>お茶プリン</p> <p>ひじきと豆のサラダ</p> <p>中華うま煮ライス (もち麦ごはん)</p> <p>Go to school</p>	<p>1日</p> <p>お茶プリン</p> <p>ひじきと豆のサラダ</p> <p>中華うま煮ライス (もち麦ごはん)</p>	<p>2日</p> <p>切り干し大根サラダ</p> <p>おさかなナゲット (2こ)</p> <p>たけのこごはん</p> <p>すまし汁</p>	<p>3日</p> <p>けんぼうきねんび 憲法記念日</p>
6日	7日	8日	9日	10日
<p>振替休日</p>	<p>春雨サラダ</p> <p>中華まぜごはん</p> <p>ごまタンタンスープ</p>	<p>きりざい</p> <p>カレーポテトコロッケ</p> <p>ごはん</p> <p>とん汁</p>	<p>たくあんのきんぴら</p> <p>ますのしおや塩焼き</p> <p>ごはん</p> <p>かきたま汁</p>	<p>アセロラゼリー</p> <p>ツナサラダ</p> <p>ソフトめん</p> <p>ミートソース</p>
13日	14日	15日	16日	17日
<p>のむぶどう ヨーグルト</p> <p>ごまびたし</p> <p>さばのたた揚げ</p> <p>ごはん</p> <p>とりだんご汁</p>	<p>プリン</p> <p>夏みかんサラダ</p> <p>ポークカレーライス</p>	<p>こんぶ和え</p> <p>厚揚げのみそ炒め</p> <p>ごはん</p> <p>じゃがいもの呉汁</p>	<p>コーンポテト</p> <p>ハンバーグのケチャップソースかけ</p> <p>ごまチーズパン</p> <p>ABCスープ</p>	<p>阿賀野市 減塩こんだて</p> <p>のりナッツ和え</p> <p>とりにくやくみソースかけ</p> <p>ごはん</p> <p>沢煮わん</p>
20日	21日	22日	23日	24日
<p>冷凍パン</p> <p>こんにやくサラダ</p> <p>マーボーライス</p>	<p>しょうゆフレンチ</p> <p>白身魚のたれカツ</p> <p>ごはん</p> <p>じゃがいものみそそば煮</p>	<p>こまつなサラダ</p> <p>豚肉のしぐれ煮</p> <p>ごはん</p> <p>わかたけ若竹汁</p>	<p>フルーツのゼリーあえ</p> <p>トマトオムレツ</p> <p>コーンピラフ</p> <p>グリーンスープ</p>	<p>もやしサラダ</p> <p>じゃこポテトビーンズ</p> <p>米粉めん</p> <p>カレーうどんスープ</p>
27日	28日	29日	30日	31日
<p>型抜きチーズ</p> <p>カラフルサラダ</p> <p>ハヤシライス (麦ごはん)</p>	<p>おかかマヨ和え</p> <p>ししゃもフライ (2こ)</p> <p>わかめごはん</p> <p>麩のみそ汁</p>	<p>テストのため 給食なし</p>	<p>切り干し大根の焼きそば風</p> <p>ホキのパン粉焼き</p> <p>ごはん</p> <p>かぶのみたくさん汁</p>	<p>もやし中華サラダ</p> <p>とりにくとうもろこし高野豆腐のケチャップ煮</p> <p>ごはん</p> <p>たまごコーンスープ</p>