

給食だより

令和4年度 4月号 三崎中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。いよいよ新しい学年での一年が始まります。みなさんにとって毎日の学校給食が楽しいものとなるよう、安心安全でおいしい給食を心をこめて作ります。一年間よろしくお願いします。

学校給食について

学校給食は、成長期に必要な栄養のバランスを考えて作られています。また、1日3回の食事のうちの1回という考えではなく、“学習の一環”としてとらえ給食を通して様々なことを学べるようになっていきます。

給食の栄養

成長期の子どもたちが1日に必要な栄養素の約1/3を摂取できるよう献立を作成します。また、特に不足しがちな栄養素であるカルシウム、食物繊維などは給食でも多くとるように心がけています。

今月の給食目標

ルールを守り楽しい給食にしよう

学校給食の 目標



- ①適切な栄養の摂取により健康の保持増進をはかること
- ②食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むための判断力と望ましい食習慣を身につけること
- ③学校生活を豊かにし、明るい社交性と協同の精神を養うこと
- ④食物の生命や自然を尊重し、環境を守ろうとする気持ちを養うこと
- ⑤食生活が多くの人に支えられていることを理解し、勤労を重んずる態度を養うこと
- ⑥伝統的な食文化について理解を深めること
- ⑦食料の生産、流通、消費について正しく理解すること

給食従事員

給食は調理師3名（吉田さん・小泊さん・北野さん）
栄養士1名（作田）で、みさき小学校、三崎中学校合わせて
約120食を作ります。安心・安全でおいしい給食を目指します。



給食の前

- ・給食の前は、石けんで手をきれいに洗い、ハンカチでふきましょう。
- ・アルコール消毒をしましょう。
- ・給食当番の人は、エプロン、頭巾、マスクをきちんとつけましょう。（マスクは各自持参してください。）
- ・手の爪は短く切って、衛生に気をつけましょう。
- ・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつは、感謝の気持ちをこめて心の中で言いましょう。

給食のあと

- ・後片付けをきちんとしましょう。食器はきれいに重ね、はしやスプーンは同じ向きにそろえて入れましょう。
- ・テーブルや床にこぼした物は、自分でふき取りましょう。
- ・ワゴンに食器かごなどを全て乗せて、エレベーターの前まで返しましょう。
- ・エプロン、頭巾は金曜日に洗濯するので、ワゴンに乗せて出しましょう。
- ・給食後は、歯みがきをしましょう。

