

# 4月 給食だより

## 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。

今年度も子どもたちが元気に学校生活を送れるように、栄養バランスがとれて安全かつ「おいしい！」と喜んでもらえる給食を作りたいと思います。1年間よろしくお願ひします。

### 給食のきまりを守りましょう



みんなで給食を楽しく食べができるよう、給食の決まりについて確認してみましょう。

#### ★手をきれいにあらいましょう

手はいろいろな所に触れるので、たくさんの菌が付きます。食事の前には手をきれいにあらいましょう。



#### ★給食当番の人は、エプロン・マスク・ぼうしをしましょう



#### ★マナーを守って楽しく食べましょう

食事を楽しむことは心にも身体にもいいことです。また栄養の吸収や消化も良くなります。一緒に食事をしている人みんなが、楽しく食事をするためには、一人ひとりが食事のマナーを守ることが大切です。自分が食事のマナーを守っているかもう一度確認してみましょう。

#### ★残さず食べましょう

苦手な食べ物でも、少しずつ食べられるようにしていきましょう。苦手な食べ物が減り、好きな食べ物が増えるといいですね。

#### ★後かたづけもきれいにしましょう



## 覚えよう！食器の並べ方！！

みなさんは食事の時に食器を正しい場所に置くことが出来ていますか？日本では和食の『一汁三菜』をもとに、基本の配膳場所が決められています。品数や食器の形などによって違いはありますが、これが基本となるのでしっかり覚えておきましょう。

### ≪家庭≫

●副菜(野菜を中心の物)  
副菜に使われる食器は持つて食べるのが基本です。



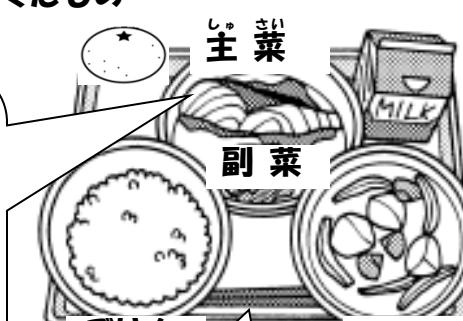
●主食・汁物  
頻繁に持つて食べるごはんは左側、汁物は右側に置きます。



●副菜(副副菜)  
つけ物など、一番小さなおかずを置きます。

### くだもの

和食の時は、主菜はお皿のむこう側、副菜(付け合わせ)は手前に盛りましょう。  
※洋食の時は、主菜が手前、副菜が奥になります。



はしやスプーンの先は左側にしておきます。

### 牛乳

牛乳は右奥に置きます。持つ時ははしを置きます。  
はしを持ったまま牛乳を飲むのはマナー違反です。

### 給食室より

これから一年間、給食を作っていくメンバーを紹介します。

調理員 大向千恵子 政田純代 宮口千昭 岩崎清美  
学校栄養職員 小塚由貴

これからこのメンバーで、安全でおいしい給食を作っていくよう頑張ります。

