

今月の食育コーナーのテーマは・・・

「これからも続けよう！給食の準備・食べ方・片づけ方」

これからも続けよう！

給食の準備 食べ方 片づけ方

新2年生、新3年生のみなさんは、入学当時から残菜が少なく、きれいに片づけることができていました。これからも、続けていきましょう。

新入生のみなさんもお手本にしてくださいね！

給食当番を始める前に

- ✓ 腹痛、発熱がありませんか？
- ✓ 下痢を患っていませんか？

このような症状がある人が当番をすると、感染を広めてしまうことがあります。体調が悪い時は、当番を代わってもらいましょう！

給食当番の身だしなみ

- ✓ 三角巾から髪の毛が出ていませんか？
- ✓ マスクで口と鼻がかかれていますか？

つめを切るつめを切るつめと皮膚の間には、多くの細菌が住んでいます。この細菌は手洗いで落とすことができないため、清潔な手を持つために、つめを定期的に切りましょう。

「あごマスク」や「しゃべらないからマスクなしで当番をする」のは×

盛り付け

よ〜くかき混ぜながら…具が均等に入るように！

4人分
みんなに均等に盛りつけよう！

食べ方

中学生の時期は、人生で一番栄養が必要です！エネルギーだけでなく、カルシウムや鉄などの栄養素は、大人よりも多く必要！

しっかり栄養をとるために、苦手なものも半分は食べましょう！！牛乳も半分は飲みましょう！！

後片づけ

きれいに返すことで、給食を作ってくださっている調理員のみなさんへの感謝の気持ちを表しましょう！

玉じゃくしやスプーンが、この下に入っていると給食センターでは預りません。食器の上に戻してください。

手とハンカチ

- ✓ 手をハンドソープでしっかり洗いましたか？
- ✓ きれいなハンカチを持って来ましたが？

こんな人をよく見かけます……
心当たりはありますか？？

調理員さんにはお疲れ様です。またお気づきのことやご意見、ご要望はいつでもおっしゃってください。調理員さんにはお疲れ様です。またお気づきのことやご意見、ご要望はいつでもおっしゃってください。

今年度も、マナーを守って楽しく・おいしく食べましょう。