

入学・進級おめでとう

春のあたたかな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生のみなさんは、これから始まる学校生活に期待でいっぱいのごとと思います。

みなさんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。1年間よろしくお祈いします。



給食当番の衛生チキウ

髪が出ないように帽子をかぶる
髪が長い人は結びましょう

マスクで鼻と口をおおう

手はせっけんできれいに洗う
爪は短く切っておきましょう

清潔な白衣(エプロン)を身につける

清潔なハンカチを用意する

おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。

白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。

- 手をぬらし、せっけんをつけて泡立てる。
- 手のひら・手の甲・指先・指の間・手首をこするように洗う。
- 泡と汚れをしっかりと洗い流す。
- 清潔なハンカチやタオルで水分をふく。

のどに つまりやすい たべものはすこしずつ よくかんでたべましょう

丸くツルツとしたもの
ミニトマト、ぶどう、うすらの卵、さくらんぼ、白玉だんご

粘着性の高いもの
ごはん、もち、パン、いも類

月	火	水	木	金
13	14	15	16	17
エネルギー たんぱく質 しつ 576 kcal 21.4 g 17.9 g	エネルギー たんぱく質 しつ 627 kcal 25.0 g 20.9 g	エネルギー たんぱく質 しつ 611 kcal 19.3 g 13.6 g	エネルギー たんぱく質 しつ 591 kcal 30.7 g 16.9 g	エネルギー たんぱく質 しつ 616 kcal 23.3 g 26.7 g
まめまめごはん ぎゅうにゅう しゃもてんぷら ゆかりづけ すまじる	コッペパン ぎゅうにゅう 米粉ポークシチュー まめとひじきのごまマヨあえ オレンジゼリー	こきつねずし こまつなのみそしる フルーツしらたま ぎゅうにゅう	ごはん ぎゅうにゅう とりのからあげ ピリカラきゅうり ベーコンとじゃがいものみそしる	コッペパン ぎゅうにゅう ケチャップフランク キャベツのカレーソーテー コーンポタージュ
20	21	22	23	24
エネルギー たんぱく質 しつ 651 kcal 21.3 g 17.6 g	エネルギー たんぱく質 しつ 631 kcal 28.9 g 28.0 g	エネルギー たんぱく質 しつ 627 kcal 22.3 g 21.7 g	エネルギー たんぱく質 しつ 628 kcal 26.7 g 23.4 g	エネルギー たんぱく質 しつ 588 kcal 24.5 g 23.3 g
カレーライス わかめサラダ バナナ ぎゅうにゅう	コッペパン ハンバーグ あげじゃが ジュリエンスープ ぎゅうにゅう	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 ゆでブロッコリー りんご	たけのごはん ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ きりぼしだいこんのもの けんちんじる	ミートスパゲティー もやしサラダ とくにゅうプリン ぎゅうにゅう
27	28	29	30	
エネルギー たんぱく質 しつ 616 kcal 24.3 g 18.7 g	エネルギー たんぱく質 しつ 608 kcal 26.0 g 20.6 g		エネルギー たんぱく質 しつ 628 kcal 26.8 g 17.8 g	
せきはん ぎゅうにゅう さきみのてんぷら かきたまじる はくさいのおひたし にゅうがくおいわいデザート	コッペパン ぎゅうにゅう マカロニグラタン じゃがいものリヨンふう ミネラスープ	しょうわのひ	とりそぼろごはん ぎゅうにゅう いかのてんぷら こまつなのごまあえ さといもとえのきのおつゆ	いただきます いっしょをこめて いってみよう

各校ごとの実施日については学校だより等をご確認下さい。また、エネルギー、たんぱく質、脂質は小学校中学年の量を記載しています。

