

4月食育だより

令和2年 4月分
平川市学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます

いろど ゆた はなばな さ ほこ なか しんにゅうせい むか あたら ねん
彩り豊かな花々が咲き誇る中、ピカピカの新生を迎えて、新しい1年
がスタートしました。本年度も、安心・安全はもとより、子どもたちが楽
しみにしてくれるようなおいしい給食作りに努めていきたいと思ひます。
ご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

学校給食について ～こんなことに気をつけています

食 材	献 立	栄 養	調 理・衛 生
ち い き し ゅ ん し ゅ く 地域でとれる旬の食 材を中心とし、なるべく こくさん し ょ う 国産のものを使用して います。	ぎ ょ う じ し ゅ く き ょ う ど り ょ う り 行事食や郷土料理、 せ かい り ょ う り 世界の料理など、パラ と こんだて エティーに富んだ献立 づ ころ 作りを心がけています。	も ん ぶ か が く し ょ う さだ 文部科学省が定める がっこうきゅうしよくせつしゆきしゆん 「学校給食摂取基準」に もと にち ひつよう えい 基づき、1日に必要な栄 よう ぶん ていど 養の3分の1程度がと れるようにしています。	や ざ い くだもの り ょ う す い か い い じ ょ う 野菜や果物は流水で3回以上 あら なま た くだもの 洗い、生で食べる果物やミニ のぞ かねつちようり マトなどを除き、すべて加熱調理 しよくざい おせん しています。また、食材を汚染し つか わ ないよう、エプロンを使い分ける えいせいかん り など、衛生管理 さいしん ちゅうい には細心の注意 はら を払っています。

JAきたみらいからじゃがいもとたまねぎをいただきました

なまえ 前に「みらい」がついているぜんこく 7つの JA（農協）が連携して話合う会「JAみらいサミット」
こうりゆう 交流がある北海道北見市の「JAきたみらい」から平川市の「JA津軽みらい」にじゃがいもとたま
ねぎが贈られました。贈られたじゃがいもとたまねぎの一部は学校給食用にいただき、4月の給食で
つか よてい 使われる予定です。また、JA津軽みらいからJAきたみらいにりんごが贈られています。

～ 使用予定 ～

- 4月 9日（木）どさんこじる（じゃがいも・たまねぎ）
- 13日（月）にくじゃがに（じゃがいも・たまねぎ）
- 15日（水）ポテトスープ（じゃがいも・たまねぎ）
- 21日（火）ポークカレー（じゃがいも）
- スノーマーチ（じゃがいも）



ゆき のようにしろ かにく をしたじゃがいもで、ほんのりとしたあま しみとしつ
とりなめらかな食感が特徴です。

給食時間の過ごし方

がっこうきゅうしよく じゆんび あとかた づ ふく しよくじ かん
学校給食は、準備から後片付けまでを含めた食事に関す
かつどう とお まな じ かん
る活動を通して、さまざまなことを学ぶ時間です。みんな
きようりよく じゆんび た じ かん かく ほ
で協力して準備をし、食べる時間をしっかり確保するとと
の きようしよくじ かん す ひどり
もに、楽しい給食時間が過ごせるよう、一人ひとりがマナー
まも たいせつ
を守ることも大切です。

給食の前には、必ず手を洗いましょう

上手な手洗い方法

- 1 手を水でぬらし、せっけんをつけ、あわだてで泡立てる
- 2 手のひら、手のこう、指の間、指先、手首を順に洗う
- 3 水でしっかりと洗い流す
- 4 清潔なハンカチやタオルでふく

給食当番は、身支度をきちんと整えましょう

- 髪が顔から出ないように整える
- マスクで鼻と口をおおう
- 清潔な給食着を身につける
- 爪は短く切っておき、手をきれいに洗う
- ※手にけがをしている人や、おなかの調子が悪い人は、担任の先生に知らせてください。

よい姿勢で食べましょう

- ご飯や汁物の入ったおわんは手に持つ
- 背筋をぴんと伸ばす
- ひじをつかない
- いすに深く腰かける
- つまみ箸で食べる
- 机と体の間は、こぶし1個分あける
- あし、ゆか 足を床につける

！こんなことに気をつけましょう

くち と 口を閉じ、よくかんで食べる	わら ふざけて笑わせるなど、友達に嫌がることをしない	じ かんない た お 時間内に食べ終わるようにする	しよくき たいせつ あつか 食器は大切に扱う

※片付けるときは、きちんと重ねましょう。