すこやか給食

相島小学校　給食だより　NO．3

文責：城戸

暑い日が続いていますが、夏バテをしている人はいませんか？夏バテをした体にはビタミンB1が多く含まれる豚肉などを食べることがオススメです。1日3回の食事をしっかり食べて元気に過ごしてくださいね。

８月２４日（月）　本日、救給カレーを食べました！！

給食室の空調施設工事に伴い、簡易給食となり、救給カレーを食べました。今回提供した救給カレーは、災害被災体験の教訓をもとに「いのちをつなぐ」ための非常食をめざし、全国の栄養教諭・学校栄養職員の手により、開発されましたものです。専門職ならではのこだわりをもって賞味期限は3年、アレルギー特定原材料等27品目すべてを不使用で作っています。温めなくても、水がなくてもそのまま食べることができます。

みなさんは、ご家庭で非常食の準備をしていますか？実際に非常食を食べる体験をしておくことで、万が一、災害等がおこった時でも安心して食べることができます。ぜひ、この機会に各家庭でも非常食の内容や量をしっかり見直し、万全な準備をしてください。

食事の準備について

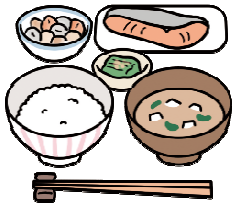
給食では、楽しく食事の時間を過ごすために、お互いに協力し合って、食事の準備をしています。ご家庭においても、食事を準備する際には、気持ちよく食事ができるよう、衛生的な食事の準備の仕方や、配膳の仕方などについてご指導をお願い致します。

子どもたちが、毎日の食事を通して、マナーを身につけてほしいと思います。

食事の前には、せっけんで手洗いをする。

食事をするテーブルをきれいにする。

食器をていねいに扱う。



食器を正しく並べる。

※参考文献『建学社　食育フォーラム』