



食育だより

半田市立乙川中学校
平成29年4月19日

毎月19日は食育の日!

ピカピカの新入生を迎えて、新しい1年が始まりました。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と睡眠をきちんと取る習慣をつけましょう。また、今年度も「食育だより」を通して、食に関する情報や学校の食育の様子についてお知らせしていきます。食生活について考えていきましょう。



みんなでおいしく！楽しく！気持ちのよい給食時間にしよう!!

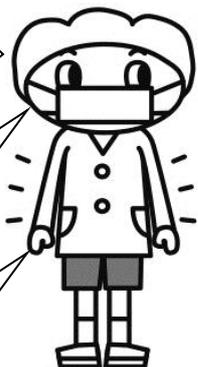
学校給食はただの「昼ごはん」でなく、食べ物や栄養、食事のマナーなどを「学ぶ場」でもあります。きまりを守って、友達や先生と楽しく、気持ちのよい給食時間にしましょう。

①身なりをきちんと整えましょう

髪の毛をきちんと入れる

白衣・マスクを忘れない

手を洗い、消毒をする



②時間を守りましょう

教室に掲示してある「給食の流れ」をよく読んで行動しましょう。給食当番は、素早く準備をして、12:55に「いただきます」ができるとゆっくり食べられますね。



【上手な盛りつけ方のコツ】

①汁ものは底をかき混ぜながら盛りつける



②一人分の量を把握して盛りつける



盛りつける人は最後の味付け係りだと思ってください。みんながおいしく食べられるように、タレをかけたり、よく混ぜたりして盛りつけをしましょう。

