

9月

中学校給食だより



四日市市教育委員会
四日市市学校給食センター
令和8年9月
No.42

2学期が始まりました。夏の疲れが出やすい時期です。1日3食しっかり食べて、こまめに水分補給をし、体調をととのえましょう。



9月の給食目標 準備や後片付けをきちんとしましょう



準備や後片付けが効率よく衛生的に行えるように、みんなでルールを再確認し、協力して行動しましょう。

準備

給食当番はすばやく準備しましょう

給食は適量ずつ、配りきりましょう



手洗い、マスクOK?
髪の毛は帽子に入れた?

当番以外の人は、静かに
順番を待ちましょう



汁物は具を
混ぜよう!



量の目安をつけよう!

後片付け

「後片付けの仕方」を守りましょう

食器は大切に扱きましょう



残すときは、おはしや
お玉で食缶に戻そう!

食器はやさしく
重ねよう!



感謝の気持ちで
片付けよう!

配膳台を
きれいにしましょう



9月の献立テーマ 元気いっぱいメニュー

今月の給食には、体の疲れをとる働きのある豚肉やたまねぎ、にんにくなどを使った献立がたくさん登場します。

また、ピリっと辛い味つけや酸味のある
味つけで、食欲が増すように工夫しています。



みえ地物一番給食の日



今月はA班15日(火)、B班16日(水)です。
三重県産の食べ物は、牛乳をはじめ、次の通りです。

- ・ 三重豚丼 … 米 豚肉
- ・ さつま汁 … 油あげ 豆腐 みそ 青ねぎ



「防災週間」メニュー

災害などで給食が届かない時のために、学校では「救給カレー」を備蓄しています。9月の防災週間に合わせて、「救給カレー」や家庭でも非常時に役立つ乾物などを使った「ストック食材を使ったスープ」の献立を実施します。

備蓄食を食べる経験をしておくことが、いざという時に役立ちます。

ごはんにかけて、スープに
入れたりして食べるのもおすすめ!



この日の給食には、牛乳はつきません。

乾物はすごい!!

わたしたちは
地味で目立たない存在……



ではない!!

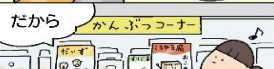
常温保存! 長期保存!



栄養豊富!



日常的に
備蓄して
損はなし!



だから
かんぱんコーナー



気づいてくれ〜
買ってくれ〜!

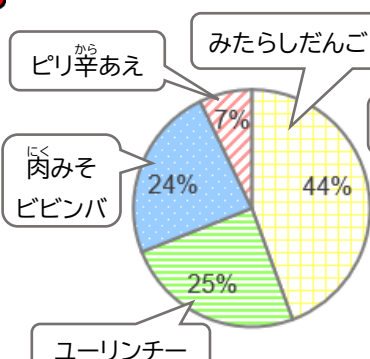
あなたならどっち?



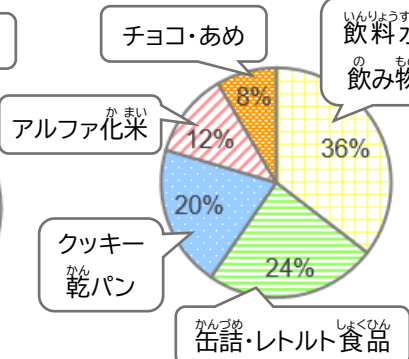
今月は常磐中学校の
みなさんに協力して
いただきました。



元気が出そうな
9月の給食メニューは?



あなたの家でもしもの時に
備えているものは?



給食の後片付けで、毎日
心がけていることは?

