

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7年9月
No.30



9月もまだ暑い日は続きます。食事ですっかり栄養をとって体調をととのえ、いろいろな行事に取り組みましょう。



9月の給食目標 準備や後片付けをきちんとしましょう



2学期も気持ちよく給食時間を過ごすことができるように、クラス全員で給食のルールを再確認しましょう。

準備や後片付けが効率よく衛生的に行えるように、みんなで考え、協力して行動しましょう。

給食当番はすばやく準備にとりかかりましょう

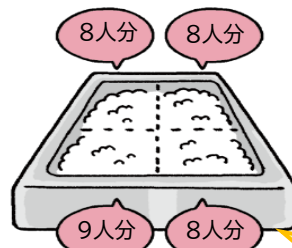
6 手を洗おう



帽子を正しくかぶろう
髪の毛の長い人は、
束ねよう

マスクをきちんとつけよう

給食は配り切りましょう



汁物は具をまぜながら
盛りつけよう

33人クラスの場合は1/4に分けたものを
8~9人分と目安をつけて盛りつけよう

食器は大切に扱いましょう



残すときはおはしやお玉などを
使って戻そう(食缶にぶつけない)

返すときは
やさしく置こう

ワゴンにのせる前に、確認しましょう

おたまやしゃもじは
食缶から取り出そう
(スプーンもNG!)



きれいに返すことで、給食にかかわるすべての
人に感謝の気持ちを表すことができます。

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ビタミンB1
が多く含まれる豚肉や、ビタミンB1の働きをたすける、たまね
ぎ、にら、にんにくなどをたくさん使っています。

また、食欲を増すピリっと辛い味やさっぱりする
酸っぱい味の料理も登場します。



マリネ

ドライカレーライス

キムチ肉じゃが

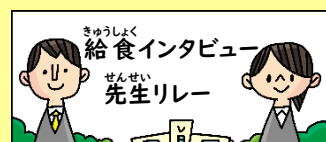


みえ地物一番給食の日



今月はA班22日(月)、B班29日(月)です。
三重県産の食べ物は、米、牛乳のほか下記のとおりです。

- ・ 三重豚丼 … 豚肉
- ・ ゆかりあえ … 小松菜
- ・ さつま汁 … 油あげ 豆腐 みそ 青ねぎ



今月は中部中学校
岡田先生に聞きました

- Q 「食べる」ことで心がけていることは?
- A 「ただ食べるだけ」にならないよう、「楽しむ」ことを心がけています。
- Q これが給食に出たらいいのと思うメニューは?
- A 外国籍の生徒(ネパール・中国・フィリピン・ベトナム)の母国料理
- Q 中学校給食への感想を!
- A いつもありがとうございます!カレーや 丼 等はごはんがたくさん食べられます。

昨年度は1月の給食週間メ
ニュー「世界の料理」でタイや
韓国、南米料理などを実施し
ました。今年度もどこかで登場
するかも! お楽しみに!
栄養教諭より