



新年度が始まり、1か月がたちました。

給食の時間にも少しずつ慣れてきたころではないでしょうか。5月は、気温が高くなり、食べ物が傷みやすい季節です。手洗いや身じたくに気をつけて、毎日の給食を安心しておいしく食べられるようにしていきましょう。

今月の給食目標 衛生に気をつけて食べよう

1. 石けんでしっかり手を洗おう。



手は、見た目がきれいでも、よごれや細菌がついている場合があります。石けんで、汚れや細菌を洗い流しましょう。

2. つめは短く切ろう



つめの間は、汚れがたまりやすいので、こまめにつめを切りましょう。

3. 清潔なタオルやハンカチで手をふこう。



食中毒をおこす細菌は、汚れたハンカチなどを通して手につくこともあります。せっかく洗った手もまた汚れてしまいます。

4. 身じたくはきちんとしよう。



洗たくをして、清潔なエプロン、ぼうしや三角巾、マスクを身につけましょう。

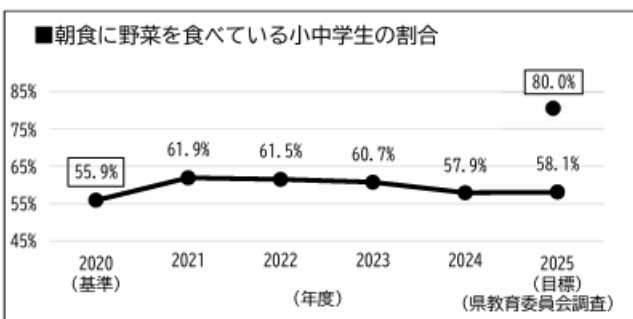


家庭でも、学校でも野菜を食べよう

みなさんは、毎日3回以上野菜を食べていますか。今年度は、「家庭でも、学校でも野菜を食べよう」をテーマに、給食室前掲示板や給食だよりなどを通して情報を発信していきます。おうちで「もっと野菜を食べる」きっかけになるよう、取り組んでいきます。



令和7年度学校保健活動アンケート集計結果から、「朝食に野菜を食べている」割合は、23%となっています。昨年は26%、一昨年は27%となっており、なかなか増えないところです。



愛知県が毎年行っている調査結果からも、「朝食に野菜を食べている小中学生の割合」は、2020年から横ばいで、朝食での野菜摂取は進んでいないという状況です。

給食によく登場する

ブロッコリーときゅうりの塩昆布サラダを作ってみよう！

材料名	4人分
ブロッコリー	100g
にんじん	40g
きゅうり	100g
しおこんぶ	5g
ごまあぶら	2g

- ① ブロッコリーは小房に切ってゆでておく。
- ② にんじんは千切り、きゅうりは輪切りにして塩もみして水気を切る。
- ③ 塩昆布とごま油で和えたら完成！

