

1月

# 給食だより

春日部市立春日部南中学校

新しい年を迎え、3学期がスタートしました。冬休み中は普段と違った食生活や夜更かしで生活リズムを崩していませんか。毎日の食生活を大切にして、この1年も健康で元気に過ごしましょう。



## 1月24日から30日は学校給食週間！ ～給食ができるまでを見てみよう～

学校給食は、栄養バランスのよい献立でみなさんの心と体の成長を支えるほか、望ましい食習慣を身につけるための大切な時間でもあります。改めて、学校給食の大切さを考えましょう。

### ① 献立作成・発注

季節の食材や地場産物を活用した献立を栄養教諭が作成します。

### ② 身支度・手洗い

給食室では、清潔な身支度と、念入りな手洗いをします。

### ③ 食材のチェック

数量、品質、賞味期限などをチェックします。

### ④ 下処理・洗浄・切る

野菜を洗ったり、皮をむいたり、切ったりします。

### ⑤ 調理

きちんと温度管理をして調理します。

### ⑥ 配缶

出来上がったら、クラスごとに計量しながら入れます。

### ⑦ 検食

校長先生に安全性や味など確認してもらいます。

### ⑧ 配膳

給食当番が盛りつけをして配ります。



## 校内給食標語コンクール

給食委員会の生徒にも審査に加わってもらっています！

### 【最優秀賞】

命の灯 巡り巡って 今ここに 感謝を込めて いただきます

### 【優秀賞】

喜びと 感謝の気持ちを 大切に 楽しい食事で 元気いっぱい  
残さず食べよう！ 笑顔あふれる 幸せの時間  
いただきます ごちそうさま 言葉に出して伝える感謝



### 【佳作】

毎日を 食事を通し 健康に  
思い出に残る 給食の時間 心の味  
いただきます 合図で駆け出す はらぺこさん 喜ぶ声と 敗者の足音  
給食を 愛をこめて かみしめて いただきますを 大切に  
あたりまえじゃない 命を大切に 「いただきます」「ごちそうさま」  
給食を食べて学び作ろう 最 and 強な KaRaDa ! ! KRD !!  
楽しもう 残り少ない 給食タイム  
栄養たくさん おいしい給食 アクセル全開 走り抜けろ !!  
しっかり食べて 元気 100 パーセント !



### お知らせ

1月22日、23日は私立入試の関係で、3年生は給食なしになります。

