



※おうちの人といっしょによみましょう。

さわやかな季節となりました。学校が始まって一か月たちましたが給食の準備はみんなで協力してできていますか？今月の給食目標は、「みんなで協力して配膳しよう！」です。給食はとても楽しい時間ですが休み時間ではありません。食器の並べ方や、食事マナーなどを学ぶ場でもあります。毎日の給食の時間を通して、みんなが気持ちよく食べられるようマナーを身につけましょう。

安全にすばやく！ 給食の準備をするコツ

給食当番はしゃべらずにすばやく身支度をしよう

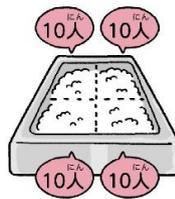
衛生面に気をつけて1人分の適量を盛りつけよう

当番以外の方は配膳が済んだら座って待とう



給食の盛りつけポイント

汁物は、汁の味が多かったり少なかったりしないように、底までよくかき混ぜます。ごはんは40人の場合、全体を4等分した量から10人分を配るようになるなどの目安をつけると、配膳しやすくなります。



心を込めて 給食の片づけ

感謝の気持ちを持っていていねいに片づけをしよう

食べ残しは決まりを守って食缶に戻そう



食器に食べ物がついていないかを確認しよう



配膳台をきれいにしよう



背筋をピンと伸ばして食べよう

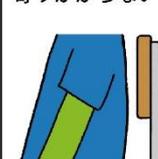
姿勢を正して食べていますか？ よい姿勢にするためのポイントをご紹介します。

よい姿勢をつくるためのポイント

いすに深く座る



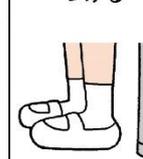
背もたれに寄りかからない



机と体はこぶし1つ分あける



両足を床につける

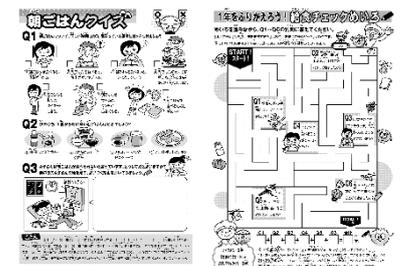


きゅうせんせいからの お・し・ら・せ

5月から、ランチルームの廊下や図書室に給食に関するクイズ用紙を置く予定です。いろいろなクイズにチャレンジしてどんどん食に関する知識が詳しくなってくれるととってもうれしいです☆

※分からないことがあったらいつでもきゅうせんせいのところに質問しに来てくださいね♪

クイズイメージ例



給食の前に



給食当番の人、給食当番以外の人、人もトイレを済ませて、手洗いをしましょう。