



だより 7月



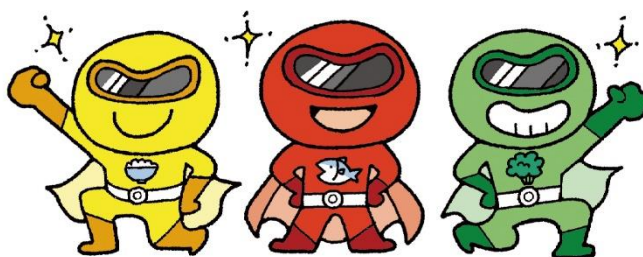
白沢小学校7月号

だんだんと日差しが強く、気温や湿度も高くなって、じめじめとした季節がやってきました。この時期は熱中症や夏バテが心配です。水分や食事をしっかりととり、暑い夏を元気に過ごしましょう。

しっかり食べて夏ばて予防！

夏は、そうめんなどのめんだけを食べる機会が、多くなっていますか？ 暑い時こそ、栄養バランスよく食べることが大切です。

めん類には、卵やハム、野菜などでたんぱく質やビタミンなどを補うようにしましょう。



ふるさとちいきがっこうえん 古里地域学校園

きゅうしょく 給食

しゅうかん 週間

マナー週間について

7月10日(月)から14日(金)は古里地域学校園の給食マナー週間です。「食事のマナー振り返りカード」を使って意識的に取り組むことで、マナーを守るとはみんなで楽しく食事をするために大切であることを理解し、その態度を育てることを目的としています。配付された振り返りカードを確認し、ご家庭でもこれを機に食事についての在り方を見直していただくと幸いです。また、振り返りカードの裏面の「おうちの人から」へご記入のご協力を、よろしくお願い致します。

() ねん () ぐみ なまえ ()

しょくじのマナーについてふりかえってみましょう！

☆ きゅうしょくのときにできたら○、あとひといき△、できなかったときは×をつけましょう。

月	火	水	木	金
ただしくならべましたか？				
なんでもたべられましたか？				
おわんをきちんともって、よくかんで食べましたか？				
ただしいしせいでしたか？				
ただしくはしをつかいましたか？				
たべのこしやゴミのかたづけはきちんとできましたか？				

おうちでふりかえってみましょう！

☆ まいにちのしょくじで、じぶんのできることをふやしていきたいと思います。つぎのことができたなら、下に日にちをかきましょう。

月	火	水	木	金
あさごはんはたべましたか？				
しょくじのまえにおはしをならべましたか？				
りょうりをはこべましたか？				
「いただきます」「ごちそうさま」をいえましたか？				
たべ終わったあとのしょくきをかたづけましたか？				
りょうりのてつたいをしましたか？				

スペシャル

けがをしないようにきをつけてね。

じぶん はんせい かんぞう (自分の反省や感想など)

ひと (おうちの人から)

お子さんの振り返りカードを見て、感想やご家庭での食事の様子、気を付けていることなど、ぜひ教えてください。

★ きゅうしょく しょうかい 給食の紹介 ★

～タンンドリーチキンができるまで～



朝納品された鶏肉に、異物等が無いことを確認して「ヨーグルト、にんにく、しょうが、塩、カレー粉」を混ぜたものに漬け込みます。鉄板に並べて、オーブンで焼いたら完成です。残食ゼロでした☆

～シュガートーストができるまで～



給食室で、マーガリンとグラニュー糖を混ぜたものを食パンに塗って、オーブンで焼いています。その数なんと約280枚です！！

～栃木県産の野菜をたくさん使っています～



毎朝新鮮な野菜が届きます。モロヘイヤ、じゃが芋、きゅうり、玉ねぎ、ニラ、キャベツ、にんじん、もやし、大根、ねぎ、小松菜、ごぼう等、栃木県産の野菜をたくさん使っています♪

7月から少しずつ、机をグループにして給食を食べています。コロナ前の楽しい雰囲気、給食の時間が戻りつつあります。



夏休み明けから

ランチマットの使用を再開します。

入学時にももらった物でも、自分の好きなデザインの物でも、何でも大丈夫です。ご準備をよろしくお願ひ致します。それに伴い、机のアルコール消毒は行わなくなりますので、布巾はお持ちいただかなくて大丈夫です。

お知らせ

