

4月 食育だより

平成31年4月8日
世田谷区立砧中学校
校長 建部 豊
栄養士 井上 麻伊

ご入学、ご進級おめでとうございます。
今年度も安全でおいしく、楽しい給食を目指し、給食室一同はりきっています。どうぞよろしくお願ひします。

砧中学校の給食について

給食の内容

- ・主食は週に3、4回米飯が出ます。残りの2回がパンや麺です。
- ・主菜は魚や肉、卵、豆腐を使った料理です。
- ・副菜は野菜がたくさん取れる料理です。
- ・牛乳は不足しがちなカルシウムを補うため、毎日付きます。
- ・その他に果物、デザートを出します。

給食時間

12時35分～13時05分の30分間です。準備と片付けの時間も含まれます。
食後は休養も大切です☺

給食当番のエプロン

給食当番は使ったエプロンを金曜日に持ち帰ります。当番になった人は、家庭で洗濯をして、月曜日に持ってきてきましょう。

食器の扱い方

食器は雑に扱うと、ヒビが入ったり、欠けたり、割れたりします。また、スプーンやフォークも軽い気持ちで折り曲げないようにしましょう。給食の食器はみんなです。ぜひ大切にしてください。

もし、食器が割れたら、担任の先生に報告して片付けます。片付けたものを給食室（栄養士か調理さん）に持ってきてください。

