

平成 30 年 3 月 14 日 (水)

中央学校給食センター

【献立名】手巻き寿司 牛乳 ふしめん汁 ㊤小魚アーモンド



【ひとロメモ】

## 仲間と楽しく食事をしよう

(楽しく会食すること)

みなさんは、「同じ釜の飯を食う」ということわざを知っていますか？これは、同じ釜で炊いたごはんを分け合って食べるということが転じて、苦しいときも楽しいときも生活をともにしてきたかけがえのない仲間のことを言います。

1年間一緒に給食を食べてきたクラスはどうでしたか。給食センターの大きな釜で炊いたごはんを食べているみなさんは、まさしく「同じ釜の飯を食った仲間」です。仲間と一緒に楽しく食べてよい思い出を作りましょう。

平成 30 年 3 月 14 日 (水) 第二学校給食センター

【献立名】

てまきずし 牛乳 白菜のみそ汁



【ひとロメモ】

## 「手洗い」について

(食事と安全・衛生)

今日は手巻き寿司ですね。給食前の手洗いを、きちんとできましたか？

手には目に見える汚れだけでなく、目に見えない細菌や、ウィルスがついています。手についた細菌やウィルスが、食べ物といっしょに口に入ることによって、インフルエンザが流行したりノロウィルスによる食中毒が起こったりします。ですから、特に食事の前には、石けんを使って手のひら、手の甲、手首、指の間、つめの部分などを、きれいに洗う必要があります。水だけの手洗いよりも石鹸を使ったほうが、細菌の数が減るという検査結果があります。

手洗いは、食中毒予防の基本です。石鹸を使った手洗いをする習慣を身につけましょう。

平成 30 年 3 月 14 日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】

手巻き寿司 牛乳 ふしめん汁  
(中) 小魚アーモンド

《今日の丸亀産の食材》  
米・葉ねぎ・大根



【ひと口メモ】

**楽しく食べよう!**

食事の時間は、ただ栄養をとるためだけではなく、家族や友だちなどと、楽しかったことや一日の出来事などを話し、コミュニケーションをとる場としても大切です。

また、いっしょに食事をすることで、食事のマナーに気をつけたり、料理への関心が高くなったりします。そうすると、食べられる食品が増え、より豊かな食事になります。

何よりも、みんなで食べると楽しくおいしく、感じるができますね。

