

令和5年 4月12日(水) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 麻婆豆腐 バンサンスー ミニトマト (小・中)



【ひとロメモ】

協力して配膳をしよう

(社会性)

毎日の給食の準備は、協力してできていますか？

給食当番の人は、まず服装を整え、きれいに手を洗います。静かに並んでクラスの給食をとりに行き、配膳の準備をします。ルールを守り、特に重いものや熱い汁などを運ぶ時は、転んだり、こぼしたり、やけどをしないように安全に気をつけます。

配膳の時には、食缶にできるだけ残さないように盛り付けます。当番でない人は、配膳中に静かに待ちます。

決められた時間に「いただきます」をするためには全員の協力が必要です。手早く準備をして、楽しい給食の時間を作りましょう。

令和5年 4月 12日(水) 第二学校給食センター

(献立名) 麦ごはん 牛乳 ささみの香味揚げ
小松菜のアーモンドあえ 切干大根の煮物



【ひとロメモ】

とり肉の部位について知ろう

(食品を選択する能力)

とり肉は、日常の料理でよく使われる食べ物です。1羽のにわとりから「もも肉」「むね肉」「手羽」「手羽先」「ささみ」「かわ」「とりガラ」などの部位を料理や栄養をとる目的に合わせていただいています。

とり肉は、たんぱく質を多くふくんでいて、きん肉などの体をつくるもとになります。

クイズです。とり肉の部位で、脂肪分が少ないのはどれでしょう？

①もも ②むね ③ささみ

正解は、③の「ささみ」です。ささみは、形が「ささの葉」に似ていることから、そう呼ばれています。今日の給食では、ささみを使っています。ふだん食べているとり肉の部位の名前や栄養にも関心をもってみてくださいね。

令和5年 4月 12日(水)

飯山学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳
麻婆豆腐 バンサンスー
(小・中：ミニトマト)

《今日の丸亀産の食材》
ミニトマト、葉ねぎ



【ひと口メモ】

協力して配膳しよう

(社会性)

今日のめあては、「協力して配膳しよう」です。

新学期が始まって、1週間経ちましたが、給食を食べる時間を短く感じている人はいませんか？

学校での給食の時間は限られています。その時間の中で、配膳をして、食べて片づけなければなりません。まずは、給食の準備を早く行うことが大切です。

早く配膳するためには、クラス全員で協力して取り組まなければなりません。配膳をする人、食器を配る人、それぞれの人が自分にまかされた役割を行うことで、早く配膳ができ、食べる時間を十分に確保することができます。

さて、今日のみなさんの配膳方法はどのようなのでしょうか。ふりかえってよかったこと、できなかったことを明日からの給食の時間に活かしましょう。