

令和 7 年 9 月 30 日（火） 中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン いちごジャム（小・中） 牛乳
 なす入りハンバーグ キャロットサラダ ABCスープ



【ひとロメソ】

しっかり手を洗おう

（心身の健康）

みなさんは、給食の前に丁寧に手を洗いましたか？ ちょっと水でぬらす程度で洗っても、手についたバイキンを洗い流すことはできません。石鹸でていねいに洗い、水で十分に洗い流しましょう。そして、清潔なハンカチでふきましょう。

今日の給食のように手で持って食べるパンの時には、特に手洗いを丁寧にすることが大切です。

また、給食当番はみんなの給食を運んだり、配膳したりする大切な仕事があるので、しっかり手を洗いましょう。

令和7年 9月 30日（火） 第二学校給食センター

（献立名） 小型ミルクパン 牛乳 きのこの和風スパゲティ
フライビーンズ 小松菜のサラダ



【ひとロメモ】

大豆について知ろう

（食文化）

大豆と日本人の付き合いは長く、中国から伝えられたのが弥生時代といわれ、奈良時代には、今のみそやしょうゆにつながる加工技術も伝えられました。天武天皇の時代に、日本では肉を食べることが禁止されたので、長い間、大豆は日本人にとって貴重なたんぱく資源の一つでした。

大豆は、加工すると豆腐や納豆、みそ、しょうゆなどさまざまな食品や調味料にできることから、「大いなる豆」ということで「大豆」という名前がつけられました。「大いなる」というのは「立派である」という意味です。

令和 7 年 9 月 30 日 (火)

飯山学校給食センター

【献立名】

コッペパン (小・中) いちごジャム

牛乳 なす入りハンバーグ

キャロットサラダ ABC スープ

《今日の丸亀産の食材》

なす



【ひと口メモ】

手洗いをきちんとしてよう

(心身の健康)

みなさんは、給食前に必ず手洗いをしていますね。手洗いは、食中毒を予防する3つのきまり、① 菌をつけない、② 菌を増やさない、③ 菌をやっつける、のうち1番最初の、①菌をつけないにあたります。

手の中で、菌がたくさんひそみやすいところは、爪や指先、指の間、親指のまわり、手首、手のしわです。これらの場所を特に注意して手洗いをしましょう。また、水だけではなく、せっけんを使って洗い、きれいに泡を流しましょう。最後に清潔なハンカチで手を拭いたら手洗い完了です。

自分のためにはもちろん、当番の人は周りの人のためにもきちんとして手洗いをしましょう。