令和８年　　10 月　13 日（火）　　中央学校給食センター

【献立名】　セルフチキンバーガー　牛乳　ミネストローネ
小魚アーモンド（中のみ）



【ひと口メモ】

きちんと手を洗おう

（食品を選択する能力）

みなさん、給食の前にはきちんと石けんで手をていねいに洗いましたか？

手には、目に見える汚れだけでなく、目に見えないばい菌やウイルスがたくさんついています。それらは石けんを使って、ていねいに洗えばほとんどとれるので、食事の前や外出から帰ったときは石けんで手洗いをしましょう。

時々、水だけで手を洗っている人を見かけます。それでは、ばい菌が浮き出てくるだけで手にばい菌はたくさんついたままです。必ず石けんを使って手を洗うようにしましょう。

今日はセルフチキンバーガーです。手のばい菌やウイルスが口の中に入らないように、きれいな手で給食を食べましょう。

令和８年　１０月　１３日（火）　　第二学校給食センター

（献立名）　さぬきの夢パン　チョコ大豆バター　牛乳　鶏肉のマスタード焼き
キャベツのアーモンドサラダ　卵スープ



【ひと口メモ】

卵の形について知ろう

（食品を選択する能力）

卵は、きん肉など体をつくるもとになるたべもので、保存性にもすぐれています。さて、卵はどうして卵の形をしているのでしょうか？

魚やカエルの卵はまん丸ですが、ニワトリなど鳥類の卵はまん丸ではなく、いわゆる卵形をしています。鳥が卵を産むときに、蛇などほかの動物にねらわれないように、高い木の上に巣をつくり、そこに卵を産んで、時間をかけて温め、ヒナにかえします。その間、卵の形がまん丸だと、高い木からころがり落ちやすくなるので、それをあの卵形で防いでいるのではと考えられています。ニワトリは地上で卵を産みますが、鳥の進化の過程が卵の形にも表れているのですね。

令和　8 年　10 月 13 日（火）　　飯山学校給食センター

【献立名】

セルフチキンバーガー

（丸型コッペパン・エッグフリーマヨネーズ・鶏肉の照り焼き・ゆで野菜）

牛乳　ミネストローネ　㊍小魚アーモンド



【ひと口メモ】

手洗いをしっかりしよう

（心身の健康）

今日の給食は、手で持って食べるセルフチキンバーガーです。みなさんは、給食の前によく手を洗いましたか。

感染症の予防で大切なことは、手洗いです。特に食事の前には、必ず石けんを使って、丁寧に洗いましょう。手洗いはしっかりできても、周りには、目に見えない菌がたくさん付着しています。特に床はトイレとつながっているところです。給食の食器カゴ、食缶 、フタは絶対に床に置かないようにしましょう。

また、給食が始まる前に給食当番の健康チェックをすることになっていますが、お腹が痛い時や、はき気などの症状がある人は当番を代わってもらいましょう。

これらのことに気をつけて、みんなで給食の準備をしましょう。