

2月給食たより



暦の上では春を迎えますが、まだまだ寒さの厳しい日が続きます。元気に過ごせるよう、規則正しい生活をし、栄養バランスの取れた食事を心掛け、病気に負けない体力を付けましょう。

給食時間の過ごし方

クラス全員が、楽しい給食時間を過ごすためには、一人一人が衛生やマナーに気を付けることが大切です。

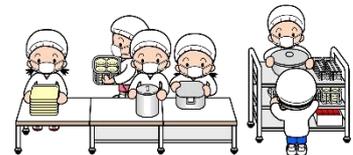
給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。

まずは、手をしっかり洗いましょう。インフルエンザや感染性胃腸炎などの予防にもなります。水が冷たいからと指先をぬらすだけではなく、せっけんをしっかりと泡立て、汚れを洗い流したら、清潔なハンカチやタオルで拭きましょう。



給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。

髪の毛や服についたほこりが給食に入らないよう、給食着やマスクをしっかりと身に付けましょう。また、盛り付けの時は、次のようなことにも気を付けましょう。



一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。

汁物は底からよくかき混ぜ、具と汁がしっかり入るよう



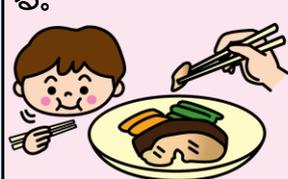
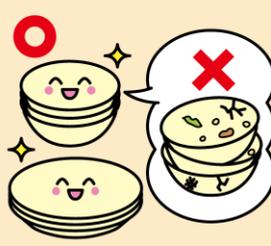
トングを使うときは、料理が崩れないように優しくはさむ。



当番以外の人は、机の上を片付け、教室の換気をするなど、食事の環境を整えましょう。



給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

<p>よい姿勢で食べる。</p> 	<p>食べやすい大きさにし、よくかんで食べる。</p> 	<p>食事にふさわしい話をする。</p> 	<p>食器は大切に使う。</p> 
--	---	---	--