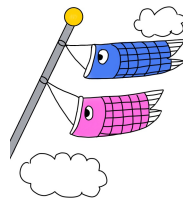


5月 食育だより



若草中学校健康指導部

新学期が始まって早くも1ヶ月がたちました！暖かい風がふく、気持ちの良い季節ですが、新しい環境で疲れが出やすいときです。連休明けも、元気よく学校生活を送れるように、早寝早起き朝ごはんを心がけましょう。

若中生のみなさん

給食当番さん

きちんと手を洗っていますか？

きちんと着ていますか？

先日放送でお知らせしたように、今後はパンの日にはビニール袋に入れたパンを食べるようにします。これは、食べ物に直接触らないことで、菌を口に入れるリスクを避けるためです。それでも、給食前には、石けんでよく手洗いをして、ハンカチでふき、アルコール消毒をする習慣をつけましょう。

しかし、4月27日に保健委員会が実施した衛生チェックでは、まだまだハンカチを忘れていた生徒がいるようです。手を洗う場面は、給食だけでなく、トイレの後、外で運動した後、掃除の後など色々あります。そんな時にポケットからハンカチの出せる中学生はとっても素敵に見えます。

また、みんなの給食を配膳する給食当番はエプロンとバンダナを身につけています。みんなに給食を配る責任のある仕事なので、身じたくを整えて、食べ物に髪の毛やホコリが入らないようにしましょう。



よく洗う

アルコールを使う



食べ物に
直接触らない



今月の献立ピックアップ！

～スコッチブロス～

スコッチブロスの意味は、スコッチ(スコットランドの)ブロス(スープ)で、スコットランドの伝統的な料理です。

肉と野菜、押し麦を入れて煮込みます。本場では、羊の肉を使いますが、給食では鶏肉で代用しました。スコッチブロスは、押し麦を入れるのがポイント💡スコッチウイスキーというお酒があるようにスコットランドではウイスキー用の大麦の栽培が盛んです。

大麦を入れた優しい味わいのスコッチブロスをお楽しみに！

～チキンチキン ごぼう～

山口県の学校給食から始まった料理。今では、山口県のソウルフードとして、子どもは給食、大人は居酒屋で大人気のようです。

鶏肉とごぼうを揚げて、甘辛いタレを絡めます。ごぼうの代わりにれんこんを使うと、チキンチキンれんこん、さらに鶏の代わりに豚肉を使うと、トントンれんこんにアレンジされるそうです。