給食だより

２０１７．４月号
明石市立高丘中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。４月は学校生活の新しいスタートです。この時期は環境が変わり疲れが出やすいので、食事をしっかりと食べ、十分な睡眠をとり、良いスタートダッシュができるように意識しましょう！

高丘中学校の給食を紹介します！

高丘中学校の給食は、西部給食センターで調理されたものが配送されています。汁物はあたたかいまま食べられるよう保温性のある食缶に、サラダなど冷たいものは夏場は保冷剤がついた食缶に入れ、あたたかいものはあたたかいまま、冷たいものは冷たいまま食べられます。また牛乳はメグミルク、パン・米飯はオイシスより毎朝配送されています。

中学校内では学校給食員１名、配膳員(はいぜんいん)3 名、配送員１名の計５名で給食センターより配送された食缶の移動や食物アレルギーの対応等を行っています。

給食の感想や、給食について気になることがあれば気軽に話しかけてくださいね＾＾



給食がはじまります！



お知らせとおねがい

✿持ち物について

給食の日にはお箸、ランチョンマット、マスクを必ず持ってきましょう。

また、手を洗った後に手をふくための清潔なタオルも毎日忘れずに持参しましょう。

✿給食衣について

給食当番は給食着、給食帽を着用します。（今年度より三角巾ではなく、給食帽に変更となりました！）

給食当番をした週末に給食袋を家庭に持ち帰り洗濯、アイロンし、翌週月曜日に必ず学校に持ってくるようにお願いします。

旬の食べ物～4月～

これらの食材を使った『春野菜のソイチャウダー』が14日(金)に登場します♪

＊アスパラガス＊

アスパラガスから発見されたアスパラギン酸と呼ばれる成分は、疲労回復や体力アップに効果があります。

通常よく食べられるのは緑色のものですが、白色のアスパラガスもあります。日光を当てずに育てると白色のアスパラガスが育ちます＾＾

＊春キャベツ＊

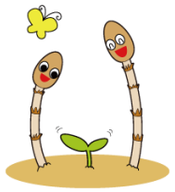
ビタミンＣやU(キャベジン)が豊富な野菜です。

キャベツには胃腸の調子を整える作用があります。豚カツやコロッケに千切りキャベツが添えてあるのは、キャベツには油による胃もたれを防いでくれる効用があるからです。

＊４月の予定＊

✿ １年生は　　４月14日(金)から、
２，３年生は　４月11日(火)から給食が始まります。
（1 年生のみ 11 日～13 日の３日間はお弁当持参となります。）

✿全学年
４月24日(月)～27日(木)の４日間、
家庭訪問のため給食の提供はありません。



保護者の方へ…



ご入学・ご進級おめでとうございます。
給食について、また食物アレルギー等で気になることがございましたらいつでもお気軽にご連絡いただければと思います。
安心・安全な給食を提供できるよう努めますので、本年度も何卒宜しくお願いいたします。