



ご入学・ご進級おめでとうございます



新年度がスタートしました！伯耆町の学校給食では、季節に合わせた行事食や郷土料理、地元食材たっぷりのメニューをお届けします。決まりを守ってみんなで楽しい給食時間を過ごしましょう。

学校給食の役割…学校給食は、生きた教材です！

学校給食は、学校で食べる食事というだけでなく栄養バランスの豊かな食事、成長期にある子どもたちの健康の増進、体力の向上を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教材となるものです。

給食



みんなが気持ちよく給食を食べられるように、協力して準備や片づけをしルールやマナーを守って過ごしましょう。

食べ物は、食べやすい大きさにしてよく噛んで食べましょう。



せっけんで手をきれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふきましょう。



机の上をきれいに片づけましょう。



姿勢よく前を向いて静かに食べましょう。



給食当番以外の方は、席で静かに待ちましょう。



給食当番は身支度をしっかり整えましょう。



決められた時間内に食べ終わるようにしましょう。



苦手な食べ物でもひと口食べてみましょう。

～給食センターより～

今年度も、安全・安心、そしておいしい給食づくりを心がけ、皆さんが健康で楽しく学校生活を送れるように職員一同頑張ります！
よろしくお祈りします。

所長 野田健治
学校栄養職員 宅野暁美
調理員一同

今月のレシピ

【材料】4人分

- ・ほうれん草 80g
- ・小松菜 80g
- ・えのきたけ 120g
- ・太もやし 120g
- ・ハム 80g
- ・濃口しょうゆ 小さじ2
- ・ごま油 小さじ1/2

～千草和え～

【作り方】

- ①ほうれん草と小松菜をゆでて、冷水にとって冷まし、しぼってから1cm程度に切る。
- ②えのきたけは、右づきを取り1/2に切って、ゆでてから冷やしておく。
- ③ハムは、千切りにする。
- ④すべての材料と調味料を混ぜ合わせる。