

楽しい給食♪

平成 30 年 4 月 2 日

北空知圏学校給食センター

はじまるよ～



今日から新学期の給食が始まります。

給食は、みなさんが元気に大きくなるために、栄養バランスを考えて作られる食事です。おうちで食べる「お昼ごはん」と違うのは、お友達と楽しく食べるための約束があることと、給食を通して色々なことを学べるようになってきていることです。次のことに注意して友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしましょう。

- ① 石けんで手をきれいに洗いましょう。
- ② 感謝の気持ちをこめて“いただきます”と“ごちそうさま”のあいさつをしましょう。
- ③ 姿勢よくして食べましょう。背筋をのばし、ご飯や汁もの（熱くなければ）は手に持って食べましょう。
- ④ ばかり食べをせずに、ごはん・おかず・汁ものを交互に食べましょう。苦手な食べ物でも一口食べましょう。（アレルギー以外は）
- ⑤ 口にもものが入ってる時は話をしないようにしましょう。
- ⑥ 食事の時は歩かないようにしましょう。

みなさんが食べている給食は深川市にある北空知圏学校給食センターで作っています。ここでは深川市、妹背牛町、北竜町、秩父別町、沼田町の小中学校 16 校 2020 食の給食を作っています。