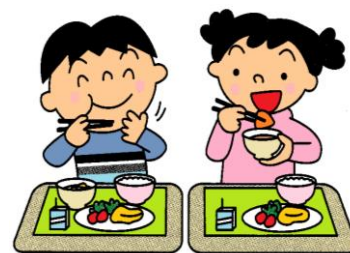




平成 31 年 4 月 8 日
北空知圏学校給食センター

楽しい給食がはじまるよ♪

給食は元気に成長するために、栄養のバランスを考えて作られた食事です。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、給食を通して食べものや栄養など色々なことを学べるようになってきていることです。友達や先生と楽しい給食時間を過ごしましょう。



- ① 手は石けんを使って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 姿勢を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 ぱっかり食べをせずに、ごはん・おかず・汁ものと交互に食べましょう。
- ⑤ 口にもものが入ってい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、秩父別町、北竜町、沼田町の小中学校、16校1950食を作っています。

