



# いただきます

ご入学・ご進級おめでとうございます。1年生の給食も18日から始まります。

今年度も、子どもたちの体と心の健やかな成長のために、安全安心でおいしい給食作りを目指していきます。新型コロナウイルス感染症への対策はしばらく続けていくことになります。安心して給食の時間を過ごすことができるよう、手洗い、換気、黙食など、感染防止対策を行っていきます。御理解と御協力をよろしくお願いいたします。



## 福井市の学校給食を紹介します



毎月、献立予定表で、チェックしましょう！

<p><b>主食</b></p> <p>ごはんは、週4回。福井市産のお米を使っています。 (ハナエチゼン、いちほまれ、あきさかり)</p> <p>パンは、週1回。</p> <p>ソフト麺は、月1回程度。</p>	
<p><b>おかず</b></p> <p>旬の食材や福井県の食材、家庭では取りにくい食品を多く取り入れるようにしながら、汁物・煮物・炒め物・焼き物・揚げ物・和え物などを組み合わせて提供します。</p>	
<p><b>牛乳</b></p> <p>毎日200mlの牛乳が つきます。</p>	<p><b>デザート</b></p> <p>ときどき、果物やゼリーなどが つきます。</p>

福井県では、元気っ子を育てる特色ある献立作りに取り組んでいます。毎月の献立予定表にマークをつけてお知らせしています。

- 鉄たっぷり給食の日  
鉄たっぷりの食品を多く使います。
- 歯ッピー給食の日  
カルシウムたっぷりの食品やかみ応えのある食品を多く使います。
- ふるさと給食の日  
福井の地場産物や郷土料理を取り入れます。

※ 給食費は1食252円です。食材の購入にだけ使われています。

## 4時間目が終わったら、給食のはじまりです！

**\* 給食の準備 \***

- 窓を開けて換気をし、机の上や周りをきれいにしましょう。
- せっけんを使って、ていねいに手を洗きましょう。洗った後は、清潔なハンカチでよくふきとりましょう。
- 給食当番は、白衣と帽子を身に付け、もう一度手を洗きましょう。
- 席で待っているときもマスクをつけていきましょう。
- 給食を取りに行くときは、一人一人の間隔を空けて順番に取りに行きましょう。
- 給食の受け取りが終わったら、自分の席で待ちましょう。

**\* 食事中 \***

- 前を向いて、静かに食べましょう。
- 会話はせずに、静かに放送を聞いたり、見たりしながら食べましょう。
- 食べものや料理を、よく味わい楽しみましょう。
- 食べ終わったら、マスクをつけ、読書などをして静かに過ごしましょう。

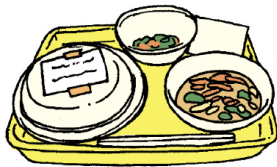
**\* あとしまつ \***

- 一人一人が、きちんと食器やごみのあとしまつをしましょう。
- 食器やおぼんは、やさしくそつとあつかいましょう。
- 牛乳パックの中に、飲み残しがないか確認して、パックをたたみましょう。
- 食べ残しがある場合は、決められたところにもどしましょう。
- 燃やせるごみ、燃やせないごみの分別をきちんとしましょう。
- あとしまつが終わったら、全員、手を洗きましょう。

# しょくもつ 食物アレルギーについて知っておいてほしいこと

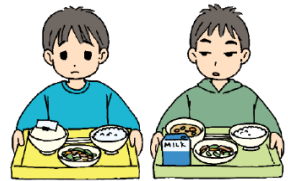
しょくもつ たいおうちよく  
食物アレルギー対応食が  
できる日があります

たいおうちよく ひと  
対応食はおうちの人と  
がっこう そうだん き  
学校が相談して決めて  
います。きちんと本人  
とど に届くようみんなで気をつけましょう。



しょくもつ  
食物アレルギーは  
す きら 好き嫌いとは違います

す きら 好き嫌いやわがままとは  
ちが 違います。食物アレルギー  
のある人の気持ちになっ  
て考えてみましょう。



アレルギーのある人は  
できないことがあります



ふれたりや吸い込んだりす  
るだけで症状が出てしま  
うことがあります。牛乳  
のあとしまつや配膳台のそ  
うじなど、学校生活の中  
でできないことがあります。

しょうじょう  
さまざまな症状が  
あります

アレルギーの症状はさまざまです。  
アレルギーのある人がつらそうに  
していたり、食べた後、自分に何か  
変わったことが起きたりしたら、  
すぐ先生に知らせましょう。

いき くる  
息が苦くなる



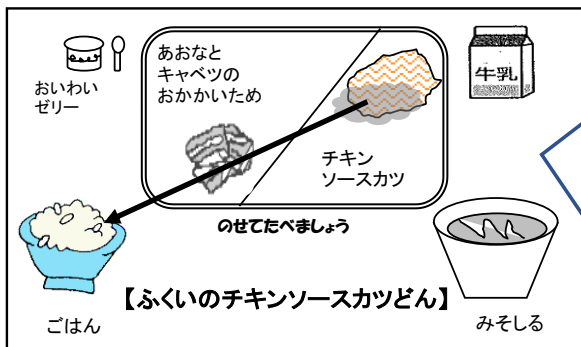
おなか  
がいた  
痛くなる



からだ  
がかゆくなる

## にゅうがく しんきゅう いわ きゅうしょく 入学・進級お祝い給食

4月20日(水)



### [ ソースカツ丼のソースのレシピ ]

材料(4人分)

とんかつソース 小さじ2、ウスターソース 大さじ1、  
ケチャップ 小さじ1/2、しょうゆ 小さじ1/3、  
酒 小さじ2、砂糖 大さじ1.5、水 大さじ2

作り方

小鍋に分量の調味料と水を加え、一煮立ちさせたら、  
できあがり!

③ チキンカツ、とんかつ、魚のフライなど、お好みのカツ  
やフライにソースをからめて、ごはんの上のせて、  
「ソースカツ丼」にして食べましょう!

## Facebook「みんな大好き福井市学校給食」



とくしょく きゅうしょく にんき きゅうしょく しょうほう しょうかい  
特色ある給食や人気の給食レシピ情報を紹介しています。  
是非、お子さんと一緒にご覧ください。

Facebookページ 「みんな大好き福井市学校給食」

URL <https://www.facebook.com/fukui.gakkoukyusyoku/>



