

月	火	水	木	金
7	8	9	10	11
始業式		入学式	祝 ご入学	
14	15	16	17	18
にんにくは昔から健康食品として食べられており、エジプトのピラミッドを作った人たちも食べていたそうです。	ちやしは、豆から作られており、緑豆・大豆・黒豆などの種類があります。	新しい学期での給食時間はどうですか？楽しく過ごせていますか？みんなが楽しく、気持ちよく食べられるように、食事のマナーを守って食べましょう。	ごはんは左、汁物は右、おかずは奥にのびていますか？配膳表を見てきちんと配膳しましょう。	パンや麺はご飯に比べてかわる回数や量が少なくなりがちです。一口ごとに30回かみましよう。
21	22	23	24	25
とりにとごぼうのまがらめしおこんぶあえ	やのニヨムチキンナムル	あかヲおのおちやしおまがらめかけあえ	ポテトサラダ	ポテトサラダ
ごはん	ごはん	むぎごはん	ごはん	ごはん
給食時間になったら、すばやく給食の準備を始め、給食当番さん以外の人もマスをし手洗いをしましょう。	給食センターで使っているお米は、嬉野産の夢しすく1です。毎回120kg前後のお米を、給食センターで炊いています。	今日は、麦ごはんです。麦には日本人が不足しがちな食物繊維がたくさん含まれています。	給食では1日に必要な野菜の約1/3量の野菜を使用しています。残さず食べましょう！	今日は、地震や大雨や雪の時に災害時に電氣やガスが使えないときに食えることのできる防災カレーです。ナスチツクのスナーンを使って食べてくださいな。
28	29	30	4月からも、愛情をこめて、栄養バランスのとれたおいしい給食を作ります！楽しみにしてくださいね♪みなさん苦手な食べ物があるかもしれませんが、食べられるように少しずつチャレンジしましょう。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。嬉野学校給食センター職員一同	
あますあえ	きりほしだいこんとひじきのサラダ	きりほしだいこんととりにぼろじる		
ごはん	ごはん	とりにぼろじる		
こんにやくは、食物繊維が豊富で腸のトラブルを改善する効果があります。	だけのこの成長はとても早く、1日で30cm伸びることもあるそうです。			
準備	片付け			
・机の上をきれいにふく	・給食当番は白衣、マスをつける			・心をこめて「ごちそうさま」する
・石けんを手をしっかりと洗う				・食器やおぼんをていねいに片付ける
食事中				
・食器の位置が正しいか確認する	・心をこめて「いただきます」をする			みんなが楽しく、気持ちよく給食を食べられるように、給食を作ってくださった方々に感謝の気持ちを伝えるために、しっかりと約束を守って行動しましょう。
・食事のマナーを守って食べる				