



# 10月給食だより

2024年9月24日  
町田市立堺中学校

給食が始まり1か月が経とうとしています。小学校の頃に給食を経験していたこともあり教室ではスムーズに給食準備ができています。引き続き、生徒のみなさんにおいて安心して給食を時間通り届けられるよう、ゆくのき学園給食室一同、頑張っていきます。

## 意識していますか？ 食事のマナー

給食時間は単なる食事の時間ではなく、健康の保持・増進や望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけることなどを目的としています。一緒に食事しているクラスの誰もが楽しい気持ちで食事ができるよう、食事のマナーについて見直してみましょう。



### 正しい姿勢

- 背筋を伸ばす
- いすに深く腰かける
- 床に足をつく
- 机とおなかの間をこぶし1個分くらいあける



このような姿勢になっていませんか？



足を組む



ひじをつく



食器を持たない

### はしの持ち方

左利き



右利き



はし先を閉じたり開いたりし食べ物をはさむ。



\*間違ったおはしの使い方



よせばし



わたしばし



まよいばし



なみだばし

食事のマナーを意識して、楽しい給食時間を過ごしましょう。

## 【給食室の手作りゼリー】

9月18日(水)にぶどうゼリーを給食室で手作りしました。小学校給食でもおなじみの、寒天を使って作るゼリーです。配送時間等の関係で作業工程が多い献立を取り入れることが難しいですが、可能な限り様々な献立を取り入れていきたいと思えます。



冷やし固める時間が必要なので、朝一番で作業に取りかかります。カップを並べ、ゼリー液を入れていきます。



固まってきたらクラスごとに食缶に入れていきます。ビニール手袋や専用エプロンを着用し、衛生的に扱います。また、数え間違いがないよう、2回チェックしています。配缶後は配送時間まで冷蔵庫で保管します。



### 9月に使用した学校給食用食材の主な産地

品目	産地	品目	産地	品目	産地
<b>野菜・果物</b>					
にんにく	青森	しょうが	熊本	もやし	栃木
にんじん	北海道	玉ねぎ	北海道	セロリ	長野
にら	栃木	キャベツ	群馬、北海道	チンゲン菜	静岡
大根	北海道、青森	えのきたけ	長野	小松菜	東京
ねぎ	青森、山形	きゅうり	東京	ごぼう	宮崎
ほうれん草	群馬	マッシュルーム	千葉	しめじ	長野
えのきたけ	長野	じゃがいも	北海道	白菜	長野
パレンシアオレンジ	和歌山	巨峰	山梨		
<b>肉</b>			<b>米</b>		
鶏肉	宮崎	豚肉	国内産	2023年度産	宮崎、山形
<b>魚介類</b>					
ぶり	長崎	さば	欧州	ちりめんじゃこ	インドネシア