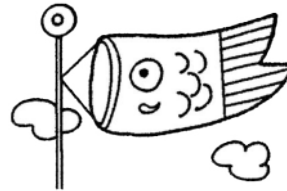


センターだより



衛生に気をつけよう

～正しい手洗いの仕方～

みなさんは食べる前に正しく手洗いができていますか？手には目に見えない菌や汚れがたくさんついています。正しい手洗いの仕方を身につけて、体を守りましょう。

<p>① 石けんをよく泡立てる。</p>	<p>② 手のひらをこすり合わせる。</p>	<p>③ 手のこうをこする。</p>	<p>④ 指の間もよく洗う。</p>
----------------------	------------------------	--------------------	--------------------

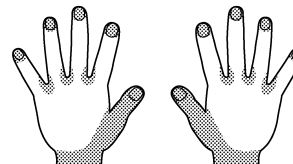
<p>⑤ 指先と、つめの汚れを落とす。</p>	<p>⑥ 手首もしっかりと洗う。</p>	<p>⑦ 泡を水でよく洗い流す。</p>	<p>⑧ きれいなタオルやハンカチでふく。</p>
-------------------------	----------------------	----------------------	---------------------------

ただ正しく身支度できたかな？

- つめがのびていませんか？
- 手を石けんで洗いましたか？
- 白衣のボタンはとめてありますか？
- ぼうしをきちんとかぶっていますか？
- マスクを忘れていませんか？



右下のイラストの色がついている部分は、汚れが残りやすい場所です。給食当番の人は、特に意識して洗うようにしましょう。



<お願い> 食器やスプーンは、みんなが気持ちよく使えるよう大切に扱っていきましょう。

しょうがくせいよう
小学生用

れいわ ねん がつご
令和8年5月号

かわくちしりつがっこうきゅうしよく
川口市立学校給食センター

こんねんと
今年度のこんだてテーマ

きゅうしょく さかな
給食 魚

給食で魚について知ろう！



しょうかい
こんだて紹介

にち げつ
25日(月)

ごはん、牛乳、豆腐のみそ汁、

かつおのたまねぎソースがけ、ひじきのサラダ

【かつお】



かつおは、世界中の温帯から熱帯海域にみられる回遊魚です。旬は春と秋です。春は「初がつお」とよばれ脂質が少なく、秋は「戻りがつお」とよばれ脂質が多くなります。腹に黒いしま模様があるのが特徴で、体長は60cmのものが一般的です。筋肉など体をつくるもととなるたんぱく質や、酸素を全身に運ぶ働きがある鉄を多く含みます。また、脳を活性化させて勉強を頑張るための力を与えるDHA、血液をサラサラにしてくれるEPAも豊富に含まれています。

しょうかい こんだて紹介

ついたち ぎん
1日(金)

もやしラーメン、牛乳、

根菜入りおさかなフライ、柏もち



端午の節句にちなんで、「柏もち」が登場します。柏の葉は新芽が出てても古い葉を落とさないことから、子孫繁栄の願いが込められています。「根菜入りおさかなフライ」は新献立です。魚のすり身と、ごぼうやれんこんなどの根菜が入ったおさかな型のフライです。