

# 5月 きゅうしょくだより

四日市市教育委員会  
令和6年5月  
No. 439

新学期が始まって1か月がすぎました。先生や友だちと一緒に給食をおいしく食べていますか。みんなで協力して手早く配膳し、楽しい給食の時間を過ごしましょう。

## 5月の給食目標 衛生に気をつけましょう

これから暑くなる時期は、食中毒に注意が必要です。食中毒は、手についたばい菌が原因で起きることがあります。ていねいに手を洗うことや、身の回りを清潔にすることが大切です。



**せっけんを使い  
ていねいに手を洗いましょう**

手の甲や手首、指の間を洗うことも忘れずに!!  
きれいな給食用のハンカチでふきましょう。



**給食当番は清潔な  
エプロンやマスクを身につけましょう**

当番が終わった週末には家に持ち帰って、きれいに洗濯しましょう。



**つめは短く切りましょう**

つめが長いと、つめの奥に汚れがたまってしまいます。



**給食当番は  
体調に気をつけましょう**

体調がよくない時(おなかが痛い、はき気があるなど)は、先生に伝えましょう。



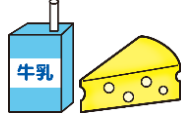
### 5月の献立テーマ 「骨こつメニュー」

骨や歯を丈夫にするためには「カルシウム」が必要です。

今月の給食には「カルシウムを多く含む食品」がたくさん登場します。残さずにいただきます。



＜カルシウムを多く含む食品＞



牛乳・乳製品



小魚



海そう



大豆・大豆製品



小松菜



ごま

#### みえ地物一番給食の日

今月は16日(木)と17日(金)です

この2日間は三重県産の食べ物をたくさん使っています

「さけの三色丼」・・・卵、小松菜

「地物たっぷりみそ汁」・・・キャベツ、豆腐、油あげ、水耕ねぎ

「三重豚のトマトスパゲッティ」・・・豚肉、エリンギ、トマト

「フルーツヨーグルト」・・・みかん、ヨーグルト



#### ～新茶の季節です～

四日市市産のお茶を使った献立が登場します!

★ 鶏肉の茶らあげ (A班2日、B班1日)

★ 緑茶あげパン (A班15日、B班14日)

★ 手作り伊勢茶ゼリー (A班・B班27日)

四日市市では、お茶の栽培がさかんで、黒色のネットをかぶせて作る、「かぶせ茶」が有名です。しぶみが少なく、甘みがあるのが特長です。

