

ランチタイム ニュース

楽しい夏休みが終わり、授業が始まりました。まだまだ残暑のきびしい日が続く予想です。
 一日3回の食事をバランスよくとって、生活リズムをしっかりと整えましょう。

ランチルーム前廊下の掲示板を飾りました！

夏休みの間に調理員さんとランチルーム前の掲示板を装飾しました。
 「給食ができるまで」をテーマに給食室の様子を紹介しています。周りには手作りした食材、漢字の読み方クイズを貼っています。リアルなものから可愛いものまで個性的な食材がたくさんできました。



○9月4日(月)は、5年生からのリクエスト給食で、「キムチチャーハン、中華スープ、ぶどう」です。
 ○9月26日(火)は、2年生からのリクエスト給食で、「ビビンバ、わかめスープ、カルピスゼリー」です。
 ビビンバは7月のリクエスト給食でも出ていて人気メニューですね。

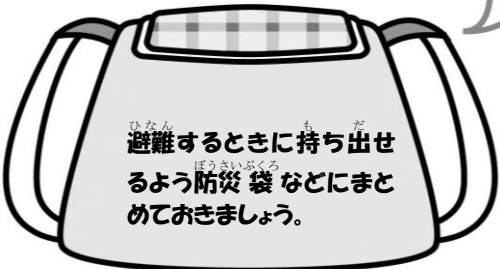
9月1日は防災の日です。地震や台風などによる大規模災害が起きたときに備えて、家庭での備蓄品を見直してみよう。非常食を実際に食べてみるのもいいですね。

最低3日分、できれば1週間分の食品を備蓄しておくとお安いです。

1人1日分の食品例

※参考資料：兵庫県作成「災害時の食に備える」

みず 水1ℓ	魚 肉・魚・大豆などの缶詰 1缶	野菜の缶詰 1缶	野菜ジュース 200cc	乾パン、パンの缶詰 1缶	ごはん ごはん 1~2食分	切りもち みずもち(氷戻しできるもの) 2個	好きなお菓子
-----------	------------------------	-------------	-----------------	-----------------	---------------------	------------------------------	--------



おはし・スプーン・フォーク	ウェットティッシュ	はさみ
おはし・スプーン・フォーク	ウェットティッシュ	はさみ
おはし・スプーン・フォーク	ウェットティッシュ	はさみ