



令和2年6月30日
台東区立忍岡中学校
校長 平井 邦明
栄養士

給食が再開して3週間が経ちました。給食の準備や片付けには慣れましたか？

梅雨が明けると、本格的な夏が始まります。暑い日が続くと食欲が低下したり寝不足になったりする人もいます。暑さに負けないためには、十分な睡眠、バランスの良い食事そして適切な水分補給が大切です。

★今月の目標★夏の健康と食生活を考えよう

7月7日は七夕です



七夕は、中国の古い伝説からきているといわれています。

昔、機(はた)を織るのが上手な織女(しょくじょ)と、牛飼いの牽牛(けんぎゅう)が仲が良過ぎて仕事をなまけるようになってしまったので、天の川の兩岸に離されてしまいました。そして年に一度、七夕の日にしか会えなくなってしまいました。

現代の七夕は、五色の短冊に願いごとを書いて笹に飾ったり、夏の野菜を供え、そうめんを食べたりします。

7日7日の給食は、七夕メニューです。七夕ならではの食材を使う華やかなメニューになっていますので、楽しみにしててくださいね。

「地産地消」を知っていますか？給食では東京都産の野菜を積極的に使っていきます！

地産地消とは、地元で生産された食べ物を地元で消費することです。

本来であれば、台東区で生産された食材を給食で使用したいのですが、台東区には農地がないため、東京都産の野菜を仕入れて、給食室で調理します。

地産地消には、新鮮な野菜を食べることができる、輸送のコストがかからないなどのメリットがあります。新鮮な野菜の味・色・食感を感じながら食事をしてください。

「お知らせ」

原則、金曜日(隔週)に東京都で生産された野菜を仕入れることができます。忍岡中学校では、地域の野菜を積極的に給食で使用していきます。

東京都産の食材を使用する日は、「地産地消の日」としてお伝えします。

今月の「地産地消の日」は
7月3日・7月17日

給食時間の流れを確認しましょう！

11:50～手洗い

石けんを使い、しっかりと手を洗いましょう。

清潔なハンカチで手を拭きましょう。

手首や指の間まで！



12:00～給食開始

給食当番は・・・

給食当番以外の方は・・・

・白衣、帽子、マスクを着けて身支度を整える。

・席は前向きのまま自席で静かに待つ。

・配膳室まで給食を取りに行く。

・配膳の準備ができれば、順番に廊下に出て給食を受け取る。

・配膳台を廊下に出して、台ふきで拭き消毒する。

・「いただきます」をするまでマスクは外さない。
・給食時間の会話はなるべく控

・エンボス手袋を着けて料理を盛り付ける

その他

・短時間、なるべく少ない人数で配膳ができるよう、献立を工夫しています。

・箸(スプーン・フォーク)については、持参しても構いません。毎日の給食の際に必要なものは、給食だより(献立表)にて御確認ください。

※この対応は第1学期(7月末)までの対応とします。第2学期以降については、第1学期における配膳の状況、感染状況等を踏まえて判断します。

栄養士から

給食が開始して3週間が経ちました。新型コロナウイルス感染症への対応で、準備の方法が変わったり、牛乳パックの片付け方が変わったりしましたが、慣れましたか？

長い休業期間があったので、みなさんの食生活や食習慣が変わり、短い時間で給食を食べきれぬのか心配していましたが、驚くほど毎日ほとんどのクラスが完食していて嬉しく思っています。7月は暑さが厳しくなり、食欲が落ちる時期でもあります。体調管理に気をつけましょう。給食室は、衛生面に一層気を配りながら、心を込めて毎日給食を提供していきます！