

食育だより

2017.12
貝塚市立第二中学校
No.6



11月の牛乳残渣について

寒くなってきて牛乳の残りが多くなってきました。3年生は約38%、2年生は約34%、1年生は約19%、全体で約30%でした。

牛乳には神経を落ち着かせる働きがあります。特に3年生は受験が近づいてきていますね。勉強詰めの日々だと思いますが、少し休憩をとって無理なく進めていきましょう。休憩する時や寝る前に温かい牛乳を飲むと良いと言われています。体も温まり、心も落ち着きます。ぜひためしてみてください😊



2学期も残り1か月となりました。冬休みまで後少しです。寒さも厳しくなっていますね。体を動かし、食事をして体を温ため、寒い冬を乗り切りましょう。

☆配膳室からのお願い☆

① 配膳ラックを動かしている時に走り回っている生徒がいます。ぶつかるととても危ないです。ラックの近くを通る時は周りを見て移動するようにしましょう。








② ドレッシングの袋やゼリーのカップ、わりばしなどは必ずゴミ袋に捨てましょう。ゴミを給食箱の中に入れてそのまま返している人がいます。そうすると、洗浄をする機械がつかまってしまう作業を中断しなければなりません。業者に迷惑がかかってしまいます。

マナーを守って楽しい給食時間にしましょう。協力よろしくお願いします!



世界の料理〜どこの国の料理?〜

日本ではいろんな国の料理が食べることができます。でもどこの国の料理が知らない料理もありますよね。クイズにしたので解ってみましょう! ヒントは国旗☆

- ① チャプチェ  (赤 黒 白 青)
- ② トムヤムクン  (赤 白 青 赤 白 青)
- ③ ナシゴレン  (赤 白)
- ④ 生春巻き  (赤 緑 白 赤 星)
- ⑤ ピザ  (緑 白 赤)
- ⑥ ケバブ  (赤 月 星)
- ⑦ パエリア  (赤 黄 赤 黄 赤 黄 赤)

パエリア ⑦ ピザ ⑤ ナシゴレン ③ トムヤムクン ② チャプチェ ① 生春巻き ④ ケバブ ⑥