

5月 給食だより

平成29年5月8日
みずかみむらがっこうきゅうしよく
水上村学校給食センター



新緑が美しい、さわやかな季節になりました。新学年になって一ヶ月がたちましたが、給食の準備・後片付けには慣れてきましたか？給食時間は、食べる時間だけでなく、正しい配膳・後片付けを身につける時間です。きちんと出来ているか、確認してみましょう。また、学校だけでなく、お家でも配膳や後片付けのお手伝いをするようにしましょう。

給食の準備・配膳・後片付けの仕方を身につけよう！

（準備）

手をきれいに洗おう



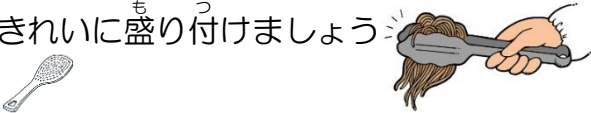



石けんを泡立てて洗い、きれいなハンカチで手をふきましょう。

給食当番の人は、エプロン・帽子・マスクをきちんとつけましょう。



（配膳のポイント）

<p>★献立表をよくみて、配膳しましょう</p> 	<p>★みんなにいきわたるように量を考えてつぎ分けましょう</p> 
<p>★道具を上手にを使って、きれいに盛り付けましょう</p> 	<p>★汁物は底からよくかきまぜ、具もしっかりつぎましょう</p> <p>よくまぜよう！</p> 

（食器の後片付け）

食器は、種類をそろえて、きれいにかさねましょう。食器は割れますので、大切に扱います。はし（スプーン）は向きをそろえてかごに入れましょう。



ごはん一粒まで残さず食べよう



お米などの作物は農家の方が長い時間と手間をかけて一生懸命つくったものです。感謝の気持ちを忘れないで、ごはんつぶも残さずに、きれいに食べるようにしましょう。

ふるさと

くま 球磨さんだより がつごう 5月号



平成29年度 水上村学校給食センター

こんげつ ちゅうもくしよくざい
今月の注目食材

アスパラガス

アスパラガスは春先の3月頃から6月頃までが旬です。よく食べられているアスパラガスは緑色ですが、白もあります。それぞれグリーンアスパラガス・ホワイトアスパラガスと呼ばれます。アスパラガスは、この野菜から発見された「アスパラギン酸」という薬にも使われている成分がたくさん含まれています。このアスパラギン酸は疲労回復効果の高い野菜です。

熊本県は都道府県の生産量ランキング5位でもあります。人吉球磨地域では湯前町や多良木町で生産されていますが、生産者の数は少なく出荷されたもののほとんどが熊本市内へ流通されています。

まいつき にちぜんご
毎月19日前後の

「ふるさとくまさんデー」
では、旬の食材を紹介します。



☆ 旬 (品種により違います)

がつ がつ
3月~6月

☆ 熊本県の主な産地は？

たまなし やまがし あそし
玉名市・山鹿市・阿蘇市

Q アスパラガスはどの部分を食べるのでしょうか？

球磨たんてい



クイズ

- ① ね 根 ② くき 茎 ③ は 葉

② 茎 ③ 葉