

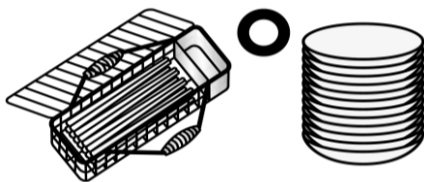
ランチタイム4月号

☆ 今月の給食目標

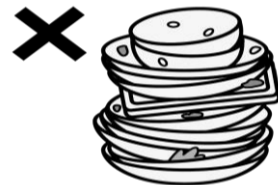
準備や後片付けを安全にしましょう

給食当番の衛生チェック

- 髪の毛が出ないように帽子をかぶる
 - 髪が長い人は結びましょう
- マスクで鼻と口をおおう
- 手はせっけんできれいに洗う
 - 爪は短く切っておきましょう
- 清潔な白衣(エプロン)を身につける
- 清潔なハンカチを用意する
- 白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。
- おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。



使い終わった食器は、おなじものをきれいにかさねます。
はしやスプーンはむきをそろえます。



☆ 今月の栄養目標

体を作る食べ物(赤色の仲間)を知ろう

赤の食品には「たまご・肉・魚・大豆・海そう・牛乳」などがあります。
赤の仲間の食べ物は、体の血・筋肉・骨・歯をつくりまします。



からだをげんきにおおきくします！

もし、あかのなかまがたりないと……



つかれやすくなる



ほねがおれやすくなる

からだがおおきくならない

