

本校は南が丘中学校と親子方式給食を行っております。  
石神井南中学校の給食を南が丘中学校の給食室で一緒に作り、石神井南中学校に配送する方式の給食です。給食を作る学校を「親校」、給食を配送してもらう学校を「子校」と呼びます。平成22年度からこの親子校方式給食がスタートしました。今年度も南が丘中学校の栄養士・調理員と共に協力し、安全でおいしい二校分の給食を作っているよう努力してまいります。保護者の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

入学・進級おめでとうございます

花の便りが各地で聞かれる季節になりました。いよいよ新年度のスタートです。子どもたちが元気に学校生活を送れるように、安心・安全に留意し、心を込めて給食を作っていきたいと思っております。1年間宜しくお願い致します。

楽しい給食時間になるように、こんなことを守りましょう

姿勢よく、ごはんや汁物のおわんは手にも持って食べる

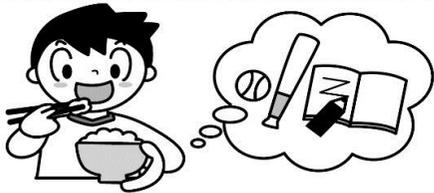
食べているときは立ち歩かない

友達が喋るような汚い話をしない

口に食べ物が入っているときは話をしない



朝ごはん食べていますか？

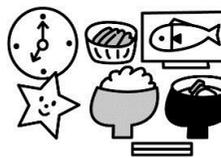


朝ごはんをしっかり食べていますか？朝ごはんには、眠っていた体を起こす「目覚まし時計」の役割があります。また、朝ごはんを食べる習慣がある人は、食べない人に比べて勉強やスポーツの成績が良いという調査結果もあります。全く食べていない人は、まず早寝・早起きの習慣をつけて、何か一品でも食べることから始めてみましょう。

朝ごはんを食べるための工夫

夕食は寝る2時間前までに済ませる

寝る前にお菓子を食べても、夜ふかしたりしない



朝起きたら日の光を浴びる

日中は元気に体を動かす



◎こんなことを心がけています。

- ☆安全面、衛生面を十分に配慮しています。
- ☆調理にあたっては手作りを基本としています。
- ・シチューやカレーなどのルウも作ります。
- ・だしも鶏ガラやけずり節などからとります。
- ・ゼリーなどのデザートも既製品は使わず手作りしています。
- ☆旬の食材や伝統的な行事食を取り入れ、季節感を出すようにしています。
- ☆国内の郷土料理や海外の代表的な料理を取り入れるようにしています。
- ☆食材は極力国産を使い、地場野菜（練馬区内産）も積極的に利用していきます。
- ☆それぞれの食品の持ち味を知ってもらうように薄味を心がけています。



◎食物アレルギー対応について

食物アレルギーがある生徒には除去食または代替食を提供しています。（アレルギー対応食の実施には医師の診断が必要です。）練馬区の「学校管理下における食物アレルギーの対応の手引き」より以下の対応を行っております。

- ・事故の危険性があるため食材のg単位での除去は行わない。
- ・対応食がある日は、盛りつけ時の飛沫や調理器具などから混入する可能性があるため、その日の全ての給食のおかわりをしない。また、減らすことも同様の理由からしない。
- ・対応食は専用のオレンジ色のトレイを使用します。

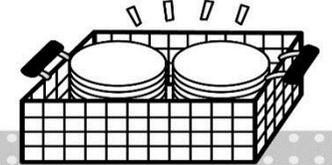
食器は大切に扱います

学校給食で使用する食器は、みんなです。



乱暴に扱うと、ヒビが入ったり欠けたりして、ケガをすることもあります。また、スプーンやフォークを折ったり曲げたりしないようにしてください。

片付ける際は、食べ物が食器に残らないようにし、きちんと重ねてかごに戻すようにお願いします。



◎洗濯のお願い

給食当番の週の週末は給食用のエプロンと三角巾を持ち帰ります。ご家庭で洗濯をして月曜日に持たせてくださるようお願いいたします。

◎牛乳紙パックへの変更のお知らせ

学校給食田の牛乳の容器が現在使われているびんから紙パックに変更となります。





