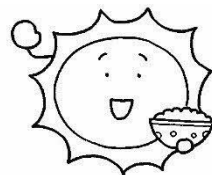




# 給食だより



2024.8.9

平野北中学校

いよいよ2学期がスタートしました。まだまだ暑い日が続きますが、毎日元気に過ごすためには、早寝早起きをして、一日三食欠かさず食べ、生活リズムを整えることが重要です。特に夏休み明けは、生活リズムが乱れやすいので、自分の生活習慣を見直して、規則正しい生活を心がけましょう。

## 9月の給食より



### 「さつまいも」

8～11月に収穫され、秋から冬が食べごろです。さつまいもに含まれるビタミンCは、加熱しても、デンプン質によって熱から守られるため、壊れにくいという特ちょうがあります。10日に「焼きさつまいもの甘みつけ」に使用します。



### 「大豆入りキーマカレーライス」

たんぱく質が豊富な大豆と、鉄が豊富な豚レバーが入ったキーマカレーライスです。豚レバー独特のにおいを消すために、香りよく炒めたにんにくと共に炒める工夫をしています。5日に登場します。



### 「月見の行事献立」9月13日（金）



一口がんもとさといものみそ煮、焼きのり、牛肉と野菜の炒めもの、みたらしだんご、

旧暦の8月15日（今年は9月17日）は「十五夜」「中秋の名月」といって、月が美しく見える日です。

月見だんごを食べることで、健康と幸せが得られるとされています。

給食では、みたらしだんごが登場します。



### ◆お知らせ◆

2学期は8月27日（火）から給食が始まります。

三角巾、エプロン、マスク、ランチョンマット、ハンカチ  
を忘れず持ってきてましょう。





# 1 学期の完食調査結果(学年別)



## ★ごはん パン部門★

	1位	2位	3位
1年	3組	4組	1組
2年	1, 2組	3組	
3年	1, 3組	4組	2組

## ★おかず部門★

	1位	2位	3位
1年	3組	1組	4組
2年	1, 2組	3組	
3年	2組	3組	1組

## ★牛乳部門★

	1位	2位	3位
1年	1.2.3組	4組	
2年	1.2.3組		
3年	1.2.3組	4組	

健康委員会のみなさん、完食チェックと給食の放送ありがとうございます。



2学期も引き続き  
よろしくお願いします。

## ☆1学期残食まとめ☆

健康委員会のみなさんが、毎日つけてくれた完食調査票をもとに作ったグラフです。  
今年度は、どの学年もよく食べる印象です。全クラスが牛乳を毎日完食する月があったり、  
ごはんの残食がない月がありました。これは、6年間完食調査をしていて初めてのことです。  
2学期からも、一人一人が残さず食べて、クラスの完食につなげてください。

