

給食だより

令和6年 5月号
北海道兩電高等養護学校

4、5、6月の重点マナー
「身支度」

・エフロン三角巾を正しく着用する
・正しい手洗い、消毒 など

新学期が始まって1か月が経ちます。新しい環境にも少しずつ慣れてくる頃ですね！そこで
今月は4、5、6月の重点マナーである「身支度」について今一度確認してみよう！

正しい手洗い方法

- ①石けんを手にとる。
- ②手全体に広げる。
- ③泡立てる。
- ④指先を洗う。
- ⑤指の間に洗う。
- ⑥親指を洗う。
- ⑦手首を洗う。
- ⑧流水で泡を流す。
- ⑨キレイなハンカチで拭く。



食事に関わる
正しい身支度が
できるようになろう！

ハンカチ・ティッシュを用意。



きれいなものを
使う



爪が長い場合は
整える。

注目!
自分で身支度を整えたり（エフロン三角巾を正しくつけるなど）衛生管理ができる（正しい手洗いや衛生的な配膳など）ということは卒業後、社会人になってからも必要で、大切な「力」です。雨電高等養護学校に通っている3年間でしっかり身に付けよう！！

6日（月）	7日（火）	8日（水）	9日（木）	10日（金）
★振替休日★	・塩ラーメン ・豆腐ナゲット ・カスタードドッグ 865 kcal	・鶏ごぼうピラフ ・もずくスープ ・はんぺんチーズフライ ・大根サラダ 809 kcal	・ちゃんぽんうどん ・ごま和え ・バナナ 629 kcal	・ごはん ・すり身汁 ・回鍋肉 ・梅和え 705 kcal
13日（月）	14日（火）	15日（水）	16日（木）	17日（金）
・しらすと桜えびの混ぜごはん ・みそ汁 ・ほっけのごま味噌焼き ・里芋の煮物 836 kcal	・オレンジピュア(くるみ会) ・卵のふわふわスープ ・ペッパーチキン ・もやしサラダ 728 kcal	・塩むすび(のり) みんなの ・みそ汁 おにぎり ・鶏の唐揚げ フロジェクト ・ツナサラダ 1022 kcal	・ベーコンとアスパラの ・コーンクリームスパゲティ ・ほうれん草のツナ和え ・ゼリー 781 kcal	・ごはん ・みそ汁 ・大根と豚肉のピリ辛炒め ・ブロッコリー和風サラダ 719 kcal
20日（月）	21日（火）	22日（水）	23日（木）	24日（金）
・豚キムチ丼 ・わかめスープ ・春雨サラダ ・ヨーグルト 804 kcal	・野菜醤油ラーメン ・春巻き ・キウイフルーツ 786 kcal	・ひじきそぼろごはん ・みそ汁 ・焼き魚(さば) ・切り干し大根の煮物 735 kcal	・あんかけ焼きそば ・ポテトスープ ・スライスパン 713 kcal	・キーマカレー ・マカロニサラダ ・ゼリー 908 kcal
27日（月）	28日（火）	29日（水）縦割り給食	30日（木）	31日（金）
・ごはん ・みそ汁 ○ほたてフライ ・小松菜サラダ 743 kcal	・塩パン(くるみ会) ・トマトスープ ・クリスピーチキン ・コーンサラダ 865 kcal	・チリコンカンライス ・ほうれん草サラダ ・フルーツポンチ 860 kcal	・きつねうどん ・のりあえ ・黄桃 661 kcal	・わかめごはん ・みそ汁 ・厚揚げと春雨の炒め物 ・キャベツと塩昆布の和え物 717 kcal

29日は「縦割り給食」です！

普段はクラスごとに給食を食べていますが、たまには先輩や後輩、クラス以外の先生と給食を食べてみませんか？
縦割り給食とは、月に1回、1・2・3学年の生徒・先生を学科ごとにシャッフルして給食を食べよう！というものです。普段なかなか話す機会が少ない人と給食を食べるなんて緊張するかもしれません。たくさんお話しして少しずつ慣れていこう！

