



10月給食たより

令和 4年10月
岩沼西中学校

食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋がやってきました。給食にも秋の食材がたくさん登場する予定です。爽やかな秋に感謝して、今しか味わえないおいしい秋の味覚を楽しみましょう。

栄養・運動・睡眠をバランスよくとみましょう

栄養



1日3食規則正しくとろう。食事は、主食・主菜・副菜をそろえバランスよく食べましょう。

運動



運動は骨や筋肉に刺激を与え、成長を促します。強い骨を作るためには、10代の今の運動が大切です。

睡眠



休養の基本は睡眠です。脳科学の視点から、夜10時から2時の安眠は重要と言われています。

図書献立があります



10月24日から11月4日は西中読書週間になります。その期間中、本に出てくる料理を給食用にアレンジして作る予定です。ぜひ、読んで食べてくださいね。

♪ 10月中の図書献立 ♪



□ 10月27日 (木)

「妖怪アパートの幽雅な食卓」より
るり子さんの和風カレーうどん



□ 10月28日 (金)

「461個の弁当は親父と息子の男の約束。」より
ぶりのみそ漬け焼き



□ 10月31日 (月)

「魔女学校の教科書」より 魔女の大鍋スープ



自然災害等による臨時休校した場合の給食の取り扱いについて

自然災害による臨時休校等の措置をとった場合の給食の取り扱いについては、岩沼市学校給食運営審議会で審議決議された下記のとおりになります。

- ①食材をキャンセルすることができた場合等により給食費に影響がなかった場合
→ その分の給食を後日実施。実施不可能な場合は返金。
- ②一部キャンセルが間に合わず、給食費に影響する場合
→ 給食回数を増やさず、後日の給食に上乗せ。
- ③全食材のキャンセルが間に合わなかった場合
→ 給食を実施したとみなす。



⇒ 9月20日 (火) 台風による臨時休校については、一部食材のキャンセルが行えませんでしたので、②の取り扱いになります。

<上乗せ給食の予定>

- ・ 10月3日 (月) 冷凍ミカン
- ・ 10月5日 (水) いちごヨーグルト