



# 給食の心得



北区立堀船中学校  
校長 阿久津 光生  
栄養士 坂本 信子

## 1 給食とは、

- ・成長期の中での給食は、とても大事な一食です。まず、必要な栄養を摂らなくてはなりません。この大事な時期に、好き嫌いやダイエットなどで給食を食べないとどうなるでしょう。
- ・また、給食にどれだけの人が関わっているか、感謝の気持ちも忘れずにいてください！

## 2 心得

- ・みんなで協力をして時間内に準備できるようにしましょう。4校時の後は給食準備の時間です。
- ・石けんでしっかり手を洗い、ハンカチでふきましょう。(ハンカチは毎日取り替えましょう。)
- ・食事のマナーを学び、楽しく食事ができる空間を作りましょう。

## 3 給食時間

50分授業…12:35~13:05 (45分授業…12:15~12:45)

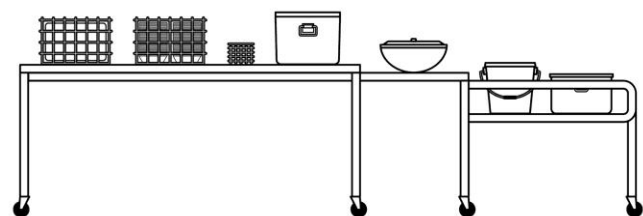
- ・準備 ~12:45 (10分間)
- ・食事 ~13:05 (20分間) 終了チャイム
- ・後片付け

## 4 給食の準備

- ① 必ず石けんで手を洗う。
- ② 清潔なハンカチでふく。
- ③ 給食当番は必ず白衣、帽子、マスクをつけ、授業が終わったら準備をする。
- ④ 白衣のボタンは閉まっているか、帽子から髪の毛が出ていないか、確認をする。

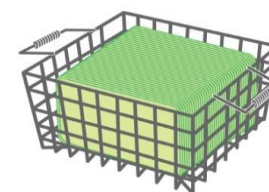
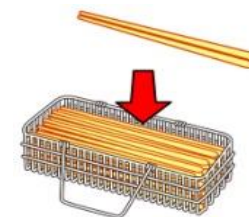
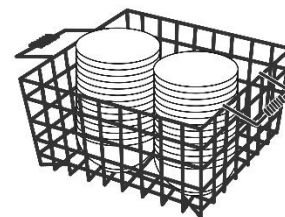
## 5 用意の仕方

- ① 各階の配膳室からワゴンで教室まで運びます。クラスごとにのせてあります。
- ② 教室の親子式の配膳台とワゴンを接続して配膳する。(職員室近見本があります)



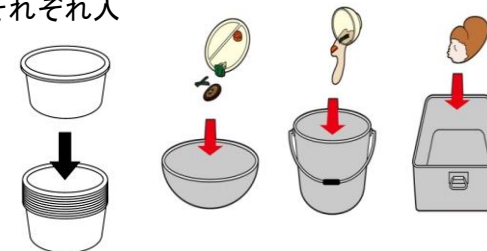
## 6 後片付けについて

- ① 使用した食器や箸などは入っていたかごにていねいに重ねて戻す。
- ② 特に、ご飯のお茶碗と味噌汁のお椀を間違えやすいので気を付ける。



- ③ 食べ残しは、残菜を量るので、入っていた食缶にそれぞれ入れて戻す。食缶にお玉等は入れない。

- ④ トレーの一番上にお玉、トング類をのせる。ゼリーカップ・アルミ皿はそのまま重ねて戻す。特にグラタン、ドリアなどは残ったものを出して、きれいに重ねて戻す。



- ⑤ 飲み残した牛乳は、専用の食缶に入れる。開けていないものは、そのまま戻す。臭くなったり、害虫が出たりするので、水飲み場には捨てない。

- ⑥ 飲み終わった牛乳は、水飲み場で洗い、広げて水切りかごに入れる。

- ⑦ 水飲み場は洗剤でいねいに洗う。
- ⑧ 使い終わったストローやビニールは、ビニール袋に入れて戻す。



## 7 給食用具の扱いについて

- ① 破損した食器は、ケガをしないように新聞紙でくるみ、必ず栄養士に報告する。
- ② 給食用品など公共物は大切に扱ってください。

## 8 その他

- ・ランチルーム…各クラス、年に数回行う予定です。
- ・選択給食…セレクト給食、リクエスト給食を実施の予定です。



## 9 アレルギーの生徒の給食

給食主事さんがアレルギー除去食のトレイを持っているので、担任、もしくは副担任の先生から必ず直接受け取って下さい。