



ご入学、ご進学おめでとうございます。

新しい一年が始まりました。本校では皆さんの健やかな成長はもちろんのこと、食育基本法に則り、健全な食生活を身につけることができるように願い、食育指導のもと日々の給食を提供しています。



給食の基本方針



1. 給食は、学校教育の一環として行います。
2. 「食」への感謝の気持ちを育みます。
3. 嫌いなものでも残さず食べるように指導します。
4. 本校の給食は、衛生管理、品質管理を徹底します。
5. 給食は、1日を基本とし、1ヶ月単位で栄養バランスを考えて献立をたてています。
6. 集団生活での食事マナーを指導します。
7. 生徒の体調に応じて、きめ細かな提供をします。



—食事の際の約束—



- ★ 嫌いなものでも、一口食べてみる！
- ★ ごはんや汁物は、食べきれ的分だけつぐ！
- ★ 食器や箸は、丁寧に扱う！（特に下膳の時）
- ★ 「いただきます」、「ごちそうさま」と、手を合わせる！
- ★ 牛乳パックは、潰して捨てる！

バイキング料理で気を付けたいポイント

弘学館の寮では、毎週1回バイキング朝食が提供されます。
下記のポイントを守って、みんなで楽しい時間にしましょう。

- ▼自分が食べられる量だけ取る。
- ▼好きだからといって1つの料理を大量に取らない。
- ▼周りの人に迷惑にならないようにきれいに取る。



旬の食材：「鯖(さわら)」



魚へんに春と書いて鯖(さわら)と読みます。身の色が淡いので白身魚と思われがちですが、鯖やカツオなどと同じ赤身魚(青魚)になります。脳に良い働きをし、学習能力に効果があるといわれる“DHA”や“EPA”、“ビタミンB2”、“カリウム”などが含まれる魚です。給食で提供される時は、食べてみてください。