

令和5年4月10日発行  
宮城県佐沼高等学校 定時制課

## ～ご入学・ご進級おめでとうございます～

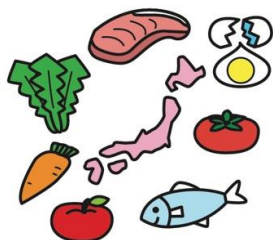
こんばんは！  
佐沼高等学校定時制の  
給食室です！！

いよいよ新年度が始まりました。今年度も働きながら学ぶ皆さんが勉強に運動に、そして、仕事に全力投球できるよう、安全でおいしい給食をとおして応援していきたいと思えます。どうぞよろしくお願ひいたします。

### 学校給食について ～こんなことに気をつけています

#### 食材

地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。



#### 献立

行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



#### 栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。



#### 調理・衛生

野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。



### 給食の前には 必ず手を洗いましょう

#### 上手な手洗い方法

1

手を水でぬらし、せっけんをつけて泡立てる  
※1



2

手のひら、手のこう、指の指先、手首の順に洗う



3

水でしっかりと洗い流す  
※1



4

清潔なハンカチやタオルでふく  
※2



※1 手洗い用の水道は、お湯も出ます。寒い日もしっかり手を洗いましょう。

※2 ペーパータオルを準備します。大切に使用しましょう。