

給食だより 10月

平成30年度 栄村立栄小学校

9月の給食の様子を紹介します

9月11日 4年生が食事バランスを考えながら献立を決めました。



4年生の希望献立は、「キムタクごはん・ハーブチキン・海藻サラダ・はるさめスープ・クレープ・牛乳」でした。献立を決めるときに、担任や栄養士からアドバイスをし、副菜に野菜が多く入る「海藻サラダ」を組み合わせて、この献立に決めました。当日行った「食事バランス」についての授業では、「赤・緑・黄」の食品群をまんべんなく取り入れ、バランスよく食べることを学習し、希望献立の食事バランスについても確認しました。

9月21日 地域給食試食会・お月見こんだて



第2回地域給食試食会は10名の方にご参加いただきました。前日子どもたちには、「盛り付けをきれいにするなど、お客様に心遣いができるといいですね。」ということと、「地域の方とお話できるといいですね。」という話をしました。地域の方からのアンケートには、「一緒のテーブルの子どもたちもたくさん話をしてくれて良かったです。」など子どもたちの様子を多く書いていただき、喜んでいただけたと思います。

↑試食会の様子。夕顔（ゆうがお）が冬瓜（とうがん）に変更になりました。冬瓜は坪

野地区でとれたものを直売所から届けていた。当日の献立は、ひじきごはん・里芋のきんぴら・ロッケ・チンゲンサイのおひたし・とうがんの吉野汁・月見だんごでした。↓

しかし、「箸の持ち方ががんばりましょう。」「食器を持たないで食べる子が多くいてびっくりした。」と食事のマナーについては、気になる部分が多かったようです。子どもたちにも伝え、直していけたらと思います。ご協力お願いします。



お月見にあわせて、月と月見だんごが登場！ススキとはぎの花も飾りました。そして、デザートのお月見だんごのパッケージに書いてあった「うさぎ」の歌をみんなで歌い、お月見気分を味わいました。→



10月の給食目標 よい姿勢で食べよう（かっこよく、マナーよく）

「よい姿勢」は、勉強するとき、歌うとき、走るとき、食事するときなど、どんなときも大切にされていますね。それぞれに理由がありますが、食事のときは、消化吸収をよくするためと言われています。また、将来いろいろな人と楽しく会食するときに、「よい姿勢」を含む基本的なマナーを身につけておくことも役に立ちます。逆にできていないと恥ずかしい思いをすることになります。今のうちにしっかり身につけましょう。

食事マナーの基本

姿勢を正そう

よい姿勢とは、テーブルと体の間をこぶし1つくらい開け、いすにきちんと腰かけて、背筋をまっすぐにのばした状態です。

他人の迷惑に

ならないようにしよう

口に食べ物を入れたまま話したり、食事中にふさわしくない話をしたりすると、ほかの人の迷惑になるので気をつけましょう。

食器をきちんと持とう

茶わんやはしをきちんと持つようにしましょう。食べこぼしを防いで食べやすくなり、見た目も美しく見えます。

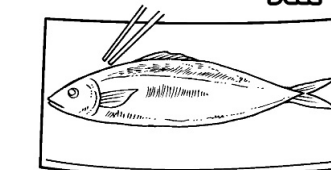
感謝の気持ちを

忘れないようにしよう

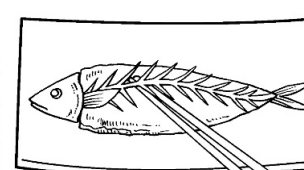
食事をつくってくれた人や、命あるものをいただくという感謝の気持ちを忘れないで、残さず食べるようにしましょう。



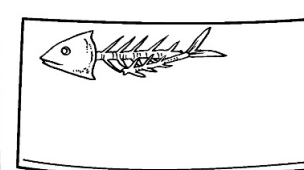
きれいに食べられるかな？



骨にそって頭の方から食べます。



頭と骨をはずして端におきます。裏側はひっくり返して食べないように。



身はきれいに食べ、骨などの残りは端によせておきます。