

令和5年 4月 7日(金) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ  
チンゲン菜のおひたし えのきのみそ汁



【ひとロメモ】

## 食事のマナーを守って食べよう

(社会性)

みなさんが思う「楽しい食事」とはどんな雰囲気でしょう。みんなで協力したり、マナーを考えて食事をしたりすることは、相手を思いやることです。思いやりの心があれば、楽しい食事につながります。

楽しく食事をすると、気持ちだけでなく消化吸収も良くなります。家族と食べたり、給食で友だちと食べたりして楽しく過ごすことは、体にも心にもよいことです。好き嫌いをしないで食べる、食器を正しく並べる、ひじをつかずに正しい姿勢で食べるなど今日からでもできることがたくさんあります。

マナーを守って、楽しい食事の時間にしましょう。

令和5年 4月 7日（金） 第二学校給食センター

（献立名） 春の香り寿司 牛乳 かぼちゃのてんぷら  
春キャベツのごまあえ 豆腐のすまし汁



【ひとロメモ】

## 春の香り寿司を味わおう

（食文化）

お寿司は香川県の郷土料理で、地域によって「ちらしずし」「ばらずし」「かきませずし」とも呼ばれています。

おすしの具には、地域でとれる旬の食べ物を入れて季節感を出す工夫がされてきました。今日は、春が旬の「葉ごぼう」を使っています。根も茎も食べることができる香川県の代表的な野菜で、丸亀市の農家の方が今日のために育ててくれたものを使っています。この「葉ごぼう」はとれる時期が短いので、毎年、始業式や入学式のころの限定で実施しています。春の香りを楽しみながら味わっていただきましょう。

【献立名】麦ごはん

牛乳 鶏肉のからあげ  
チンゲン菜のおひたし えのきのみそ汁

《今日の丸亀産の食材》

春キャベツ、チンゲン菜、葉ねぎ、  
小松菜、にんじん、にんにく



【ひと口メモ】

## マナーを守って食べよう

(社会性)

今日のめあては、「マナーを守って食べよう」です。給食は美味しく食べられていますか？では、マナーよく食べられているでしょうか。今から、一緒に何個できているかチェックしてみましょう。

- ①ひじをつかず、よい姿勢で食べている
- ②口に入れたまま話さない
- ③食器やはしを正しくもって食べている
- ④好き嫌いしないで食べる
- ⑤楽しい雰囲気の中で食事をする
- ⑥食べている途中で立ち歩かない、食事にふさわしい行動をする

(3秒まつ) どうでしたか？全部できていたでしょうか。

食事マナーをきちんと身につけることは、家族や友達と一緒に楽しく、美味しく食べるために大切なことです。できていなかった人は、できるようになりましょう。