

令和4年 11月 11日（金） 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 ささみの香味揚げ 昆布和え かきたま汁



【ひと口メモ】

正しく食器を並べて食べよう

(社会性)

今日の給食は、和食の献立です。みなさん、食器を正しく置いていますか。今から一緒に確認していきましょう。

「麦ごはん」は手前の左側に、「かきたま汁」は右側に置いてありますか。平皿には「ささみの香味揚げ」と「昆布和え」が盛り付けられて、奥に置かれていますか。和食なので、皿の奥の方へ「ささみの香味揚げ」、手前に「昆布和え」がくるように置きましょう。和食の時も、洋食の時も、食器の並べ方には決まりがあります。

毎日の食器の置き方を配膳図で確認してみましょう。

令和4年 11月 11日(金) 第二学校給食センター

(献立名) 根菜カレーライス 牛乳 海藻サラダ
キウイフルーツ



【ひとロメモ】

根菜について知ろう

(感謝の心)

根菜は「根」と書くだけに、「植物の根」を食べる野菜と思われがちですが、土の中に育つ茎や葉の部分も食べる野菜も含まれます。

根菜の旬は秋から冬にかけてであることが多いです。根菜は、昔から体を温めてくれるといわれ、これから寒くなる季節にぴったりの食べ物です。

今日は根菜たっぷりカレーを作りました。にんじんにはカロテン(ビタミンA)、じゃがいもやれんこんにはビタミンCが多いです。たまねぎやにんにく、ごぼうは味に甘味や深みを増します。またどの根菜にも食物繊維がたっぷりです。

令和4年 11月 11日(金)

飯山学校給食センター

【献立名】麦ごはん

牛乳 鶏ささみの香味揚げ

キャベツの昆布あえ かきたま汁

《今日の丸亀産の食材》
キャベツ、チンゲン菜、
葉ねぎ



【ひと口メモ】

正しい食器の位置について知ろう

(社会性)

今日のめあては「正しい食器の位置について知ろう」です。

今日の給食は和食の献立です。みなさん、食器を正しく置けていますか。今から一緒に確認していきましょう。

まずは、「麦ごはん」です。「麦ごはん」は手前の左側に置かれていますか？次に、「かきたま汁」は右側に置かれていますか？では、その奥に「鶏ささみの香味揚げ」と「キャベツの昆布あえ」が置かれていますか？和食ですので、皿の上側に「鶏ささみの香味揚げ」、下側に「キャベツの昆布あえ」がくるように置きましょう。和食の時も、洋食の時も、食器の並べ方にはきまりがあります。

毎日の食器の置き方は配膳図で確認してみましょう。