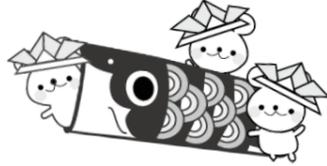


給食だより



令和3年5月号
久喜市教育委員会
鷺宮学校給食センター

新緑の美しい季節となりました。気持ちのよい時季ですが、新学期の緊張から疲れも出やすいときです。早寝・早起き・朝ごはんを心がけ、バランスの良い食事で、毎日を元気に過ごしましょう。



食事のマナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食事の場が楽しい雰囲気になるように、みんなで工夫をしましょう。

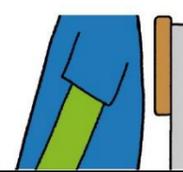
食べるときの姿勢

よい姿勢をつくるためのポイント

いすに深く座る



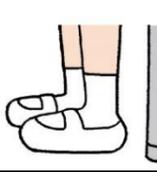
背もたれに寄りかからない



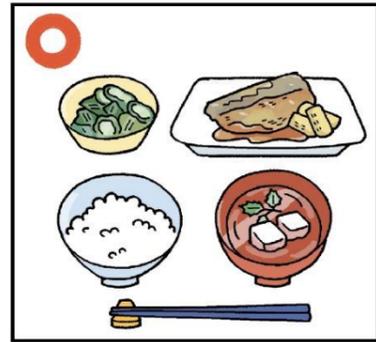
机と体はこぶし1つ分あける



両足を床につける

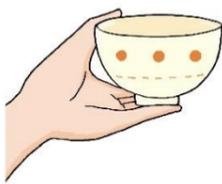


和食の食器の並べ方



和食の場合は、ごはんは、左側汁物は右側、おかずはその奥に置きます。はしは手前に、はし先を左に向けて置きます。

お茶わんの持ち方



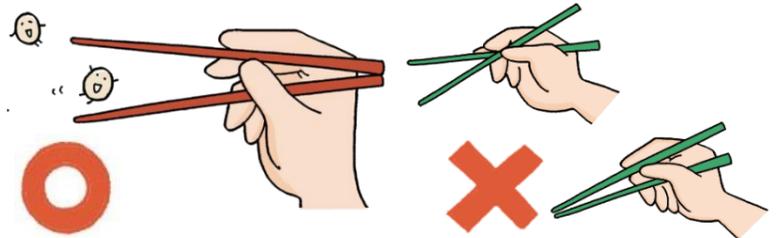
4本の指の上に糸底をのせて、親指を茶わんのへりにかけて支えます。4本の指をそろえると器が安定します。

食事のあいさつ



「いただきます」や「ごちそうさま」は、感謝の気持ちをあらわしています。食事に関わる人や、命あるものをいただくという感謝の気持ちを忘れずにいただきましょう。

はしの持ち方



はしは、つまむ、はさむ、切る、くるむ、混ぜるなど、いろいろな使い方ができる万能な道具です。正しく持って使いこなしましょう。

◆5月の市内統一献立◆

- ★7日(金) 行事食(こどもの日献立) わかめごはん 牛乳 かつおの竜田おろしあんかけ 小松菜のおひたし すまし汁 プチたい焼き
【5月5日は、こどもの日です。こどもの日は、男の子の節句とされ健やかな成長と立身出世を願い、こいのぼりや兜、菖蒲を飾ります。給食では、季節の魚カツオの竜田揚げやプチたい焼きで、こどもの日をお祝いします。】
- ★20日(木) かみかみ献立(ごぼう) ごはん 牛乳 さばのみそ煮 五目きんぴら 若竹汁
【今年度は「よくかむ食べ物」を献立のテーマとし、今月は「ごぼう」を取り入れました。噛むことを意識して食べましょう。】
- ★25日(火) 行事食(陸上大会・部活動応援献立) ごはん 牛乳 とんかつ ひじきのサラダ あさりのみそ汁 アセロラゼリー
【陸上大会や部活動で疲れがたまっているみなさんに「応援メニュー」をお届けします。栄養をたくさん蓄えて、陸上大会の練習や部活動に励みましょう。】

～お知らせ～

5月から久喜市教育委員会の移転に伴い、学校給食課の連絡先が変更になります。
変更後の連絡先：
0480-58-1111

※食物アレルギー、その他の疾患、宗教上の理由及び放射能を理由に給食の内容について配慮が必要な場合は鷺宮学校給食センター(58-5720)へ、お問い合わせください。

桜田小学校の児童からのメッセージ

僕は、4年生まで給食が苦手だったけど、給食委員になってから、給食に関わる仕事がとても大変なことを知って、それからは、給食を残さず楽しく食べられるようになりました。

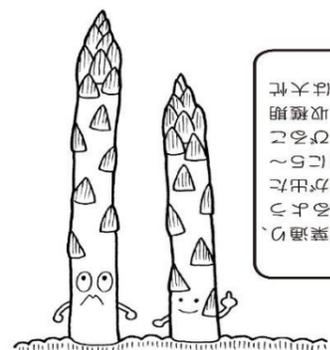
上内小学校の児童からのメッセージ

いつもみんなの給食を作ってくれてありがとうございます。調理員さんが作る給食がおいしくて、じゃんけんで取り合いをしています。これからもおかわりをいっぱいしたいと思います。

クイズ

Q. アスパラガスの名前の由来はな～んだ?

- ①明日にはすばらしく伸びるから
- ②たくさん食べるとおならが出るから
- ③ギリシャ語で新芽を意味する言葉から



アスパラガスの名前の由来は「新芽」です。ギリシャ語で「新芽」を意味する言葉から来ています。©: ねま

★久喜市では、学校給食のより一層の安全・安心を確保するために、給食に使用する食材の一部又は全部を試料として、定期的に放射性物質の検査を実施しています。検査結果については久喜市のホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。