

令和 6 年 9 月 26 日（木） 中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン（城東小・東中：揚げパン） いちごジャム（小・中） 牛乳
大豆と野菜のトマト煮 コールスローサラダ ヨーグルト（小・中）



【ひとロメモ】

楽しく食べよう

（社会性）

みなさんは、「鯛も一人はうまからず」ということわざを知っていますか？ これは、例えば鯛のようにおいしい魚や料理であっても、たった一人で食べるのであれば味気なく感じることから、食事は大勢で食べる方がおいしく感じられるという意味があります。食事は家族や友達など、多くの人と一緒に食べて食べると、より一層おいしく、また楽しいひと時を味わうことができます。

給食では、みんなで一緒に同じものを食べますね。同じ料理を「おいしいね。」と共感しあうと、もっと楽しい時間を過ごすことができます。

また、今日の給食は手に持って食べるパンです。安全に給食を食べられるように給食の前にはしっかりと手洗いをするようにしましょう。

令和6年 9月 26日(木) 第二学校給食センター

(献立名) 黒糖パン 牛乳 うずら卵とチンゲン菜のクリーム煮
ひじきとツナのサラダ りんご 【中】昆布大豆



【ひと口メモ】

きゅうりの成長について知ろう

(感謝の心)

きゅうりのおいしい時期は暑い季節です。その成長は早く、日当たりのよいところでは、花がしぼんで1週間から10日間ぐらいで収穫できます。大きくなりすぎると苦くなっておいしくないなので、20cmぐらいで収穫します。収穫しないでそのままおくと実がまるまる太って鮮やかな黄色に色づきます。これがきゅうりの熟した本来の姿なのです。このように果実が黄色や赤色に色づくのは、目立たせて、鳥や動物に食べてもらい、遠くに種子をばらまきたいからです。

きゅうりが熟す前に収穫して、わたしたちはいただいているのですね。今日はサラダにきゅうりを使っています。残さずいただきます。

令和 6 年 9 月 26 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】 コッペパン (飯野小・富小:きなこ揚げパン)

(小・中:いちごジャム) 牛乳

大豆と野菜のトマト煮 コールスローサラダ

(小・中:ヨーグルト)

《今日の丸亀産の食材》

なす きゅうり 玉ねぎ



【ひとロメモ】

手をしっかり洗おう

(食事と安全・衛生)

9月になっても、まだまだ暑い日が続くので、食中毒には十分注意しなければいけません。みなさん、食事の前の手洗いは、きちんとできていますか？手はきれいに見えても目に見えないバイキンがたくさんついてます。特にパンは手を使って食べるので、手をじゅうぶん洗って清潔にしておくことが大切です。手洗いがきちんとできたかどうか、手洗いのチェックをしてみましょう。

- ①石けんをよく、泡立てましたか？
- ②指先、指の間、手のひらと甲、手首まできちんと洗いましたか？
- ③水であわをしっかりと洗い流しましたか？
- ④きれいなハンカチでふきましたか？

手あらいをきちんとし、食中毒を起こすバイ菌を食べ物といっしょに口に入れないようにしましょう。