

令和7年 10月 16日(木) 中央学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳 ジャがいもとなすのミートソース焼き
ごぼうサラダ チンゲン菜のスープ ぶどうゼリー



【ひとロメソ】

感謝して食べよう

(感謝の心)

みなさんは毎日給食を食べる前、食べた後に「いただきます」、「ごちそうさま」というあいさつをしていますね。

私たちが生きていくために、食べ物として、動物や植物の命をもらっています。給食の間でも、さまざまな命に対して、感謝の気持ちをこめて「いただきます」のあいさつをしています。

「ごちそうさま」は、漢字で書くと走りまわるという意味になります。食事ができるまでに、漁師さん、農家の人、配達をする人、料理を作る人など、多くの人が、駆け回って食事を用意してくれたことへの感謝の思いが込められています。

私たちは、食べ物を食べることで、命をつないでいます。感謝して、「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。

令和7年 10月 16日(木) 第二学校給食センター

(献立名) コッペパン 牛乳 なす入りハンバーグ
ごぼうサラダ ABC スープ ヨーグルト



【ひとロメモ】

手作りハンバーグのよさについて知ろう

(感謝の心)

今日のなす入りハンバーグは、調理員さんがひとつずつ丸めて作りました。1人ずつハンバーグの形がちがうのは手作りだからです。

手作りにすることで、旬の「なす」を入れたり、味付けに使う塩の量を減らしたりすることができるよさがあります。

塩分のとり過ぎを減らすために、ケチャップはつけていません。

「なす」が苦手な人もおいしく食べられたでしょうか。

令和 7年 10月16日(木)

飯山学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳

じゃがいもとなすのミートソース焼き

ごぼうサラダ チンゲン菜のスープ

ぶどうゼリー

《今日の丸亀産の食材》

なす にんにく きゅうり

小松菜 チンゲン菜



【ひと口メモ】

感謝して食べよう

(感謝の心)

みなさん、きちんと「いただきます」・「ごちそうさま」を言えていますか？食事のあいさつには、それぞれ意味があります。

私たちは、生き物の命をいただいています。そのため、ほかの生き物の命に感謝の気持ちをこめて「いただきます」といいます。また、「ごちそうさま」の「ちそう」とは、食材を育てたり、調理したりと、駆け回っていただきありがとうございました、という意味が込められています。

あらためて、いろいろなものが食べられることに感謝し、心を込めてあいさつをしましょう。