

令和 8 年 9 月 24 日 (木) 中央学校給食センター

【献立名】 プレーンパンまたは揚げパン&コッペパンあやうたこども園、栗熊小、岡田小、綾歌中揚げパン
牛乳 大豆と野菜のトマト煮 コールスローサラダ アーモンドいりこ



【ひとロメモ】

食事のマナーを守って楽しく食べよう

(社会性)

みなさんは、給食中、マナーを守って食事ができていますか?マナーを守って食べることで、いっしょに食べる人たちが楽しく過ごすことができます。

今から、食事のマナーのチェックをしてみましょう。

- ①足を組んだり、ぶらぶらさせたりしていませんか?
- ②おはしやスプーンを持っていない方の手でお皿を持って食べていますか?
- ③机にひじをついていませんか?
- ④会話は、食事中にふさわしい内容ですか?

背筋を伸ばして良い姿勢で食べると、見た目が美しいだけでなく、食べ物の消化もよくなります。自分の食事のマナーを振り返ってみましょう。

令和8年 9月 24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サイのクリーム煮
ひじきとツナのマリネ いりことアーモンドのオリーブオイル



【ひとロメモ】

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んですね。今日はサラダにきゅうりを使っています。残さずにいただきましょう。

令和 8 年 9 月 24 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】

プレーンパンまたはきなこ揚げパン 牛乳
大豆と野菜のトマト煮 コールスローサラダ
アーモンドいりこ

《今日の丸亀産の食材》
なす きゅうり



【ひとロメモ】

楽しく食べよう

(社会性)

私たちは、仲間と一緒に食事をします。学校では、先生や友だちと一緒に食べていますね。周りの人をいやな気持ちにさせないように楽しく会食するためには、守らなければならないマナーがあります。

食事の話は、だれもが話に加わることができる楽しい内容がいいですね。口の中に食べ物を入れたまま、おしゃべりをするのもマナー違反です。また、「スプーンをカチャカチャさせない」や「姿勢は背すじピン! 足はピタッ!」や「ひじをつかず、食器を持って食べる」こともポイントですね。

みんなで気持ちよく、そして楽しく給食の時間を過ごしましょう。