

給食だより

5月の目標
「丈夫な体をつくろう」

令和3年5月号
久喜市教育委員会

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



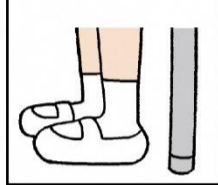
背もたれに寄りかからない



机と体はこぶし1つ分あける



両足を床につける

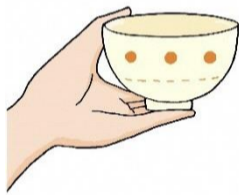


和食の食器の並べ方



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



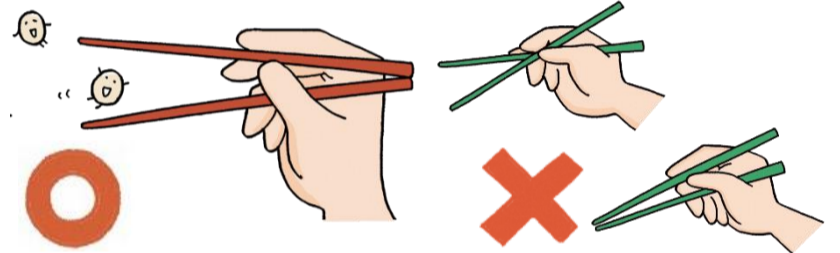
4本の指の上に糸底いとそこをのせて、親指を茶わんのへりにかけて支えます。4本の指をそろえると器が安定します。

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。

献立の紹介

◎郷土料理・教科関連献立

陸上大会・部活動応援献立（27日Aコース・28日Bコース）

ごはん 牛乳 とんかつ（ソース）
ひじきのサラダ（ごまドレッシング） あさりのみそ汁
アセロラゼリー

◎かみかみ献立

かみかみ献立（17日Aコース・19日Bコース）

ごはん 牛乳 さばのみそだれ 五目きんぴら 若竹汁
ごぼうサラダ（ごまドレッシング） みそ汁

◎国際メニューの日

フランス料理（18日Aコース・20日Bコース）

こどもパン 牛乳 ポテトグラタン【アッシ・パルマンティエ】
アスパラとコーンのサラダ（フレンチドレッシング）
白いんげん豆とウインナーの煮込み【カスレ】

◎季節の食べ物

あさり・いか・ひじき・わかめ・大根・アスパラガス・いんげん・
グリーンピース・玉ねぎ・じゃが芋・山菜

【久喜市産食材（予定）】

キャベツ・大根・きゅうり

◎食べ物の日

しらすの日（13日Aコース・12日Bコース）

ごはん 牛乳 はんぺんフライ（ソース）
ちりめんじゃことピーマンの炊いたん みそ汁



久喜市では、2学期から新しい給食センターになります。1学期は、今まで食べてきた給食の中からリクエストが多いメニューを給食に取り入れていきます。

《今月のリクエストメニュー》

- ・ハンバーグ
- ・ピピンバ
- ・とんこつラーメン
- ・いかの天ぷら
- ・はんぺんフライ
- ・肉団子
- ・揚げぎょうざ

《学校給食の思い出》

- ・苦手な食べ物が食べられるようになってうれしかった。
- ・嫌なことがあっても給食を食べると明るい気持ちになった。
- ・新しい料理を知ることができてうれしかった。
- ・4時間目になると給食の時間が待ち遠しかった。

～アンケートにご協力いただき、ありがとうございました～



★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。

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、学校給食課へお問い合わせください。