

きゅうしょくだより

ぱくぱく

3月

まいつき 毎月19日は食育の日

平成28年3月18日

東葛城小学校

6年生が卒業し、1年生から5年生のみなさんも、もう少しで新しい学年ですね。この一年間、給食はおいしく食べられたでしょうか。食べ方で、先生に注意されることはなかったかな...? 苦手なものでも、がんばって食べられたかな...? 一年の終わりに、自分の食べ方を振り返ってみましょう。

一年間をふり返ろう!

スタート!

給食の前に、石けんで手を洗いましたか?

はい
いいえ

洗わないと、手はばい菌だらけ! 石けんできれいに洗いましょう。



よくかんで食べましたか?

はい
いいえ

一口30回以上かみましょう!



当番の仕事は、協力してできましたか?

はい
いいえ

きまりを守って、みんなと協力しましょう!



よい姿勢で食べましたか?

はい
いいえ

姿勢が悪いと、食べ物の消化も悪くなります!



苦手なものでも、一口は食べましたか?

はい
いいえ

少しずつ、いろんなものを食べられるようにしましょう!



いただきます、ごちそうさまがきちんと言えましたか?

はい
いいえ

感謝の気持ちを持って、食事をいただきますね!

ゴール!

いただきます

これからもこの調子で、ちょう!

ゴールまでたどりつけるかな??

一年間をふり返ろう！

無事にゴールまで進めたかな？途中で「いいえ」があった人も、新しい学年では、全部「はい」を自指しましょう！

他にも、できてほしいことがありますよ。マナーを守って食べられたかな？時間を守って食べられたかな？なんでもごはんにかけたり、パンにつけたりしなかったかな？などなど…。

学校では、クラスのみなどと一緒に食事をします。将来、色々な人と食事をするときの練習です。一年ごとに、上手に食べられるようになりましょうネ！

今年度の給食は、3月23日(水)で終わります。

そして、新学期の給食は、4月12日(火)から始まります。

体に合った、清潔なエフロン、ぼうし、マスクを用意しましょうネ！

★☆4月12日のこんだて☆☆

牛乳 ごはん

肉じゃが 野菜のじゃこ炒め

食育のお話

いかなごのくぎ煮



いかなごは、日本各地でとれる小魚で、いろいろな呼び名があります。子どものいかなごを、関西では「しんご」、関東では「こうなご」といいます。成長したものは関西で「かますご」といい、ゆでたものをポン酢やしょうゆで食べます。

くぎ煮は、大阪・兵庫・岡山など、瀬戸内地域で、いかなごがよくとれる春に食べられる料理です。岸和田の漁港でも、いかなごが水揚げされていますよ。

★たべものクイズ★

くぎ煮の「くぎ」とは、どんな意味でしょう？

- (1) くぎのように固いから
- (2) 作る時に、くぎを使うから
- (3) くぎ煮が、折れたくぎに似ているから