

10月給食だより

令和6年度
安中市立碓東小学校

ようやく暑さもやわらいできて、過ごしやすいなってきました。秋は、芸術の秋、スポーツの秋、読書の秋といわれるように、いろいろなことに取り組むのによい季節です。そして、秋といえば、食欲の秋ですね。秋が旬のさつまいもやくり、きのこ類などたくさんおいしいものがありますね。ついつい食べ過ぎてしまわないように栄養バランスを心がけた食事をするようにしましょう。

10月24日は「学校給食ぐんまの日」です

みなさんは、学校給食ぐんまの日を知っていますか？群馬県の食材を積極的に活用した学校給食を提供することにより、子どもたちが地域の豊かな自然や生産・流通などに携わる人々への理解を深められるよう、群馬県教育委員会が平成13年に制定しました。碓東小学校では、学校給食ぐんまの日を10月25日に実施します。

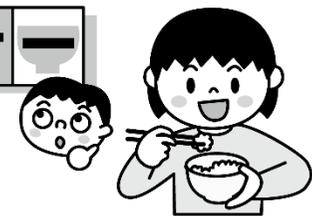
～ 10月25日・メニュー ～

上州かみなりごはん・牛乳・こしね汁・梅マヨあえ・りんご

25日は群馬県産食材をたくさん使って給食を作ります。こしね汁の豆腐と油揚げは特別に群馬県産大豆を使って作っていただきました。梅マヨあえの小松菜は安中総合学園高校の生徒さんがこの日のために収穫時期を合わせて作ってくれました。給食はたくさんの人に支えられて食べることができます。食べられることを当たり前と思わず、感謝の気持ちを持っていただきましょう！

意識していますか？ 食事のマナー

周りの人と気持ちよく食事をするために、食べるときはマナーを守ることが大切です。給食を通して基本的なマナーを身につけましょう。



正しい姿勢

- 背筋を伸ばす
- いすに深く腰掛ける
- 床に足をつく
- 机とおなかの間をこぶし1個分くらいあける

やりがちなマナー違反

- 足を組む
- ひじをつく
- 食器を持たずに顔を近づけて食べる

はしの持ち方

左利き

右利き

- はし先を閉じたり開いたりし、食べ物をささむ。

やりがちなマナー違反

- さしばし
- よせばし
- わたしばし
- まよいばし
- なみだばし

おわんの持ち方

- 親指をおわんのふちに添え、残りの指でおわんの底を支える。

やりがちなマナー違反

- 親指を碗の縁に添えず、指で碗を支える
- 親指を碗の縁に添えず、指で碗を支える
- 親指を碗の縁に添えず、指で碗を支える