

5月

給食だより

宮城県立石巻支援学校
給食室
平成29年5月1日

食事のマナーについて考えよう

○正しい姿勢で食べよう。

よい姿勢とは、テーブルと体の間を「こぶし1つ分」くらい開け、いすに深く座り、背中をまっすぐに伸ばした状態です。



○感謝の気持ちを持って食べよう。

食事を準備してくれた人や命あるものをいただくという感謝の気持ちを忘れないで食べるようにしましょう。食べず嫌いをする前に、「まずひとくち」食べてみましょう。きっと好きになるものもありますよ。



○食器を持って食べよう。

ちゃわんを持って食べると、食べこぼしを防いで食べやすくなり、見た目も美しく見えます。



○周りの人と楽しく食べよう。

一緒に食事をするので、おいさを分かち合うことができ、会話も広がるので、楽しく食べることができます。



親指をお椀のふちにかけ、ほかの指はそろえて底にあてます。

< 今月の一枚 >

4月12日から新一年生を迎えて全校での給食が始まりました。その日は「入学・進級おめでとう献立」でした。



- 4月12日の献立
- ・せきはん
 - ・さけのしおやき
 - ・ほうれんそうのおひたし
 - ・エビボールのすましじる
 - ・おいわいいちごゼリー

行事食の目玉といえば、やっぱり「赤飯」。給食室では、蒸し器を使って赤飯を作ります。約240人分の赤飯を作るので、朝から蒸し器もフル稼働です。

年一回のお祝い事にしか出てこない「赤飯」ですが、子どもたちもおいしそうに食べていました。中には、赤飯にのっていたごま塩を食べて「しょっぱい」とはにかんで笑う子もいました。



もち米が蒸し上がったら、金時豆を混ぜて再び蒸します。

5月の学校給食で使用する食材の主な産地

品目	産地
・にんじん	(徳島)
・キャベツ	(千葉・神奈川)
・たまねぎ	(北海道)
・じゃがいも	(北海道・鹿児島)
・こまつな	(石巻)
・きゅうり	(石巻)
・ほうれんそう	(石巻)
・だいこん	(千葉・宮城)
・さやいんげん	(鹿児島)
・ごぼう	(青森)
・かぶ	(宮城・千葉)
・いちご	(宮城)