



新学期が始まり1ヶ月がたちました。新しい環境に少しずつ慣れてきたでしょうか。4月の緊張がとれて、食事の決まりやマナーを忘れていませんか。ここでもう一度、マナーを確認してみましょう。

食事のマナーを守って食べよう

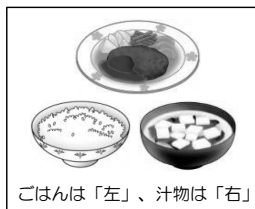
できていることに
○をつけてみましょう。

レベル1

食前・食後の挨拶ができています

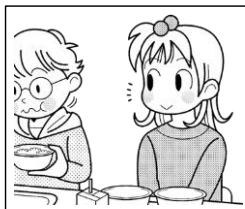


食器を正しくならべています



ごはんは「左」、汁物は「右」

食事中に立ち歩かない



レベル2

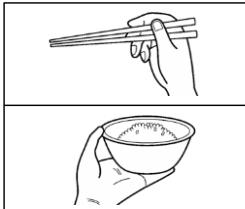
ひじをつかないで食べています



よい姿勢で食べています

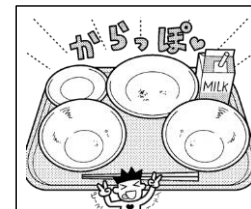


はし・茶わんを正しく持っている



レベル3

すききらいせずつ食べています



よくかんで食べています



食事のマナーは、一緒に食事をする人が互いに気持ちよく食事ができるように、また、食事や食材を作ってくれた人への感謝を表すふるまいです。

正しいマナーを身につけて、みんなで楽しく食事をしましょう。



こどもの成長を祝う 端午の節句



端午の節句の「端午」とは「月初めの午の日」という意味です。もともとは、田植え前に厄をはらう女性の祭りでした。その後、端午の節句に使われていた菖蒲が「勝負」などの言葉に通じることから、勇ましさを象徴となり、男の子の祭りへとかわっていきました。

端午の節句には、こいのぼりを掲げて、武者人形を飾り、ちまきや、かしわもちを食べる習わしがあります。



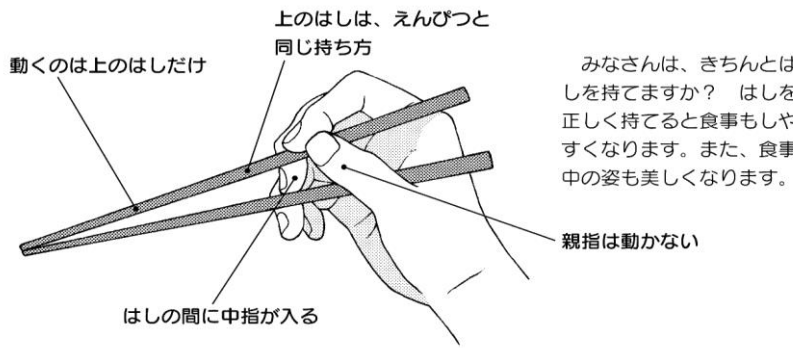
給食で味わう小松の旬の味 ふるさとこまつ☆おいしいじまん☆

きゅうり



小松市では主に今江地区、向本折地区で作られています。水分をたっぷり含んだきゅうりは、体の体温を下げる働きがあります。また、カリウムが含まれているため、とりすぎた塩分を体の外へ出してくれます。 ※給食では、5月中旬から小松市産きゅうりが提供される予定です。「白菜のゆかり和え」「もやしと卵のナムル」などに使用します。

正しいはしの持ち方



みなさんは、きちんとはしを持てますか? はしを正しく持てると食事もしやすくなります。また、食事の姿も美しくなります。

5月分給食献立もりつけ表

3ブロック 中学校				
月	火	水	木	金
1日 鶏肉と春キャベツの炒め物 かしわもち 牛肉ちらし寿司 若竹汁 こどもの日の献立	2日 写生会	3日 憲法記念日	4日 みどりの日	5日 こどもの日
8日 春キャベツとカニカマのサラダ バターロール ヒレカツ2個 ポテトスープ	9日 ごま和え 出し巻き卵 ごはん カレーうどん	10日 鶏肉のレモンソースからめ ミルクロール ポークビーンズ	11日 ジャがいものさんびら いわしのみぞれ煮 ごはん 味噌けんちん汁	12日 ヨーグルト キムたく丼 わかめスープ
15日 焼き肉 ごはん さつまい	16日 修学旅行 校外学習	17日 キャベツのソテー 肉団子のケチャップ煮4個 バターロール クラムチャウダー	18日 もやしとにらの炒め物 油淋鶏2個 ごはん 豆腐の中華スープ	19日 キーマカレー ナン ミルクロール 卵スープ
22日 もやしと卵のナムル 焼きヨーザ2個 ごはん 麻婆豆腐	23日 スナックエンドウとツナのサラダ ミルク食パン いちごジャム ニョッキのミルクスープ	24日 ひじきの炒り煮 鯖のカレーたつた揚げ ごはん かきたま汁	25日 海藻サラダ ごはん ハヤシライス	26日 大豆と小魚のごまからめ ごはん 鶏すき
29日 ごま酢和え さつまあげの三味焼き2個 ごはん 肉じゃが	30日 焼きそば 米粉バターパン 花野菜と卵のサラダ	31日 小松菜のソテー レモンゼリー ごはん 鶏肉と野菜のみそ汁	今月の目標 食事のマナーを守ろう	

