

食事のマナーを身につけよう！

食事をする時に言う「いただきます」という言葉には、「命をいただく」という意味があります。私たちは、牛や豚などの動物や魚だけでなく、米や野菜などの命をいただいて生きています。

「いただきます」には、食べ物への感謝の気持ちが表されています。食事が終わった後のあいさつ「ごちそうさま」は、料理の支度のために走り回ってくれた人への感謝を表すものです。

マナー違反に注意！
自分のマナーをチェックしてみよう

- ・口に食べ物が入ったままおしゃべりする
- ・がちゃがちゃと食器の音を立てる
- ・ひじをついて食べる
- ・まわりの人とふざける
- ・食事中に席をたつ

こんなこともマナー違反です

食器をたたく
指を茶碗の中に入れる

基本は、まわりの人に不愉快な思いをさせないこと！

～今月の注目メニュー～

★端午の節句ちなんだ献立(2日)・・・5月5日はこどもの日。給食には柏もちがでます！柏の葉は、次の新芽が出ない限り、古い葉が落ちないことから、家督が絶えることない縁起の良いものとされています。

★八十八夜(9日)・・・八十八夜は立春から数えて88日目。今年は5月1日です。新茶にちなんで、天ぷらの衣に粉末の煎茶を混ぜ、ししゃもにつけ揚げた「ししゃもの緑茶揚げ」の登場です。

★かみかみデー(18日)・・・給食センターでかえり、アーモンド、ごまを焼き、しょうゆのたれとからめた手作りのアーモンド小魚干し、よくかんで食べてくださいね！

日	曜日	主食		おかず
2	月	そばろごはん	牛乳	キャベツのすみそ和え 若竹汁 かしわもち
6	金	チーズパン	牛乳	海の幸チャウダー 海草サラダ パナナ
9	月	親子丼1	牛乳	きゅうりの土佐漬け ししゃもの緑茶揚げ
10	火	発芽玄米入りごはん	牛乳	じゃがいものそばろ煮 ほうれん草のポン酢和え なっとう
11	水	きなこあげパン	牛乳	春雨スープ 元気になるサラダ ヨーグルト
12	木	麦入りごはん	牛乳	五目玉子焼き きゅうりと油あげのすの物 豚汁 のりのつくだ煮
13	金	チキンライス	牛乳	ツナとスナッブえんどうのサラダ コーンスープ ブルーベリークレープ
16	月	ナン	牛乳	キーマカレー グリーンサラダ* じゃがいものポタージュ
17	火	キムチごはん	牛乳	ナムル トック入りもずくスープ 冷凍みかん
18	水	小型ミルクパン	牛乳	スパゲッティボンゴレ フルーツ白玉 アーモンド小煮干し
19	木	ひじきごはん	牛乳	小あじの南蛮漬け 空豆の甘煮 じゃがいもとキャベツのみそ汁
20	金	麦入りごはん	牛乳	はまちの南部焼き キャベツとさやえんどうの昆布和え 沢煮椀
23	月	コッペパン	牛乳	いかのマリネ 粉ふきいも キャベツとベーコンのスープ いちごジャム
24	火	麦入りごはん	牛乳	肉どうふ 小松菜とわかめの和え物 アップルシャーベット あさりのつくだ煮
25	水	全粒粉パン	牛乳	チリコンカーン アスパラとトマトのサラダ 冷とうみかん りんごジャム
26	木	発芽玄米入りごはん	牛乳	厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め バンサンスー メロン ふりかけ
27	金	えんどうごはん	牛乳	魚の薬味ソースかけ さやいんげんのごま和え とうふとわかめのみそ汁
30	月	レーズンパン	牛乳	小煮干とコーンのフリッター ポテトサラダ コンソメスープ
31	火	発芽玄米入りごはん	牛乳	鮭のみそマヨネーズ焼き ひじきの五目煮 けんちん汁