

給食だより



食事のマナーに気をつけよう

菜々緑がまぶしい季節になりました。新しい生活や学級には慣れましたか？
 さて、新型コロナウイルス感染症予防のための大規制が徐々に緩和されてきました。
 これから、家族の他にも色々な人と食事をする機会が増えていくと思います。
 色々な人と楽しく食事をするためには、どんなことに気をつけたいでしょうか？



食事のマナーは、相手への思いやりの気持ちがあるからです。食事の場が楽しい雰囲気になるように、食事のマナーを見直してみましょう。

ちょっと待った!!

その手...ハンカチでふこう!!

石けんを使った手あらいは、感染症予防だけでなく、食中毒などの予防にも効果的です。しかし、手あらいの後に髪の毛や服をさわつたら、手あらいの効果

がありません。手あらいの後は、清けつなハンカチやタオルで手をふきましょう。



季節の香り



5/11(木)に旬のグリーンピースを使った豆ごはんが登場します。
 今年は、児童のみたなさんに豆むきをお手伝いしてもらいます!
 植物のつくりや魚やかな色、においなどを観察してみましょう。



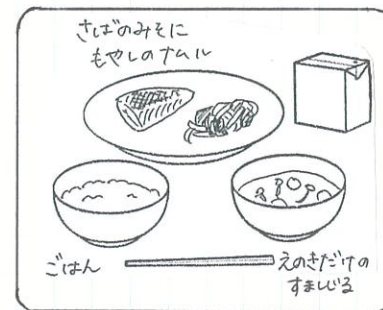
えんどう豆のなかまたち!

えんどう豆苗	さやえんどう	グリーンピース	スタップえんどう	えんどう
えんどうを発芽させたもの	若いさを収穫したもの	種子(豆)が育ったもの	肉厚なさやと種子(豆)を食べる品種	完熟のさを乾燥させたもの

毎月19日は食育の日

今年のテーマは「減塩」とし、毎月の食育の日(19日)前後に減塩のコツを生かした献立を実施します。

5月に紹介する減塩のコツは「だしを生かす」です。だしには素材のうま味がふくまれているので、塩分をおさえることができます。



5/19(金)
 食塩相当量=2.1g
 (減塩メニュー例)

給食では、おまし汁にかつおと昆布の合わせだしを、みそ汁には煮干だしを使っています!

