

食事のマナーについて

子どもたちは給食の時間に、準備、会食、後片付けまでの一連の実践活動を通して、配膳方法、食器の並べ方、はしの使い方、食事のマナーなどを学んでいます。

ご家庭でも食事マナーについてお子様と一緒にチェックしてみてください。

◆◆食事マナーチェック!◆◆

茶わんや汁わんを正しく
持って食べる



口に食べ物を入れたまま
話をしない



食べている途中で立って
歩かない



食事にふさわしい
会話をする



はしのもち方

①正しいえんぴつ
もち方で
はしを1本もつ。



②はしを「1」の字を書くように
たてにうごかす。



③もう1本のはしを親指のつけねから、
中指とくすり指の間に通す。



④上のはしだけをうごかすように
れんしゅうする。



よくないはしの使い方



まよいばし



なみだばし



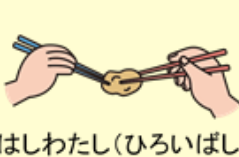
よせばし



さしばし



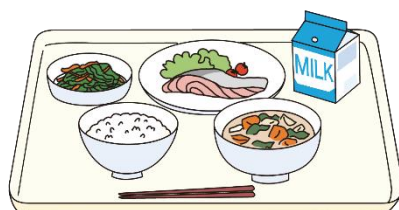
もちばし



はしわたし(ひろいばし)

◆◆配膳の位置◆◆

一般的にはごはんは左、汁物は右に置くというルールがあります。



旬のもの（アスパラガス）を使った料理

～ アスパラソテー ～

材料（4人分）

- ・グリーンアスパラガス ・60g
- ・キャベツ ・・・・150g
- ・にんじん ・・・・30g
- ・ベーコン ・・・・30g
- ・油 ・・・・小さじ1
- ・しょうゆ ・・・・小さじ1/2
- ・塩 ・・・・適量
- ・こしょう ・・・・適量

作り方

- ① グリーンアスパラガスは軸の硬い部分を取り小さめの斜め切りにする。キャベツは短冊切り、にんじんは千切りにする。ベーコンは一口大に切る。
- ② フライパンに油を入れ、ベーコンを入れて炒める。
- ③ にんじん・キャベツ・グリーンアスパラガスを入れて炒める。
- ④ しょうゆ・塩・こしょうで味付けをする。



食育クイズ!



【問題】

春が旬ではない野菜はどれでしょう？

- ① アスパラガス
- ② キャベツ
- ③ なす

中学校給食について



現在中学校では選択制の給食を実施していますが、令和7年度からは、全員喫食制の中学校給食を開始する予定です。これから定期的に、この食通信に全員喫食制中学校給食の情報を掲載していきます。お楽しみに♪

今回は、中学校給食の調理方式について紹介します。中学校給食は給食センターで調理した給食を中学校に配送する給食センター方式となります。



また、今の小学校給食と同じようにクラス毎の食缶に入れて提供します。

