



# いただきます！

## 食事のマナーを身につけよう！

今月の給食目標は「食事のマナーを身につけましょう」です。みなさん、給食時間にマナーを守って食べていますか？給食は、友達や先生と楽しく、そして気持ちよく会食することが大切です。周りに大勢の人がいることを考えて食べましょう。ご家庭でも、食事の際に、子供たちへの声かけをお願いいたします。

### 食事のマナー、守っていますか

給食の前には、  
きれいに手を洗う。  
石けんを使って、  
ていねいに。  
ハンカチも忘れずに！



給食当番が配っている間は、呼ばれるまで静かに席で待つ。並ぶときも、静かに順序よく並ぶ。



口の中に食べ物をいっぱい入れたまましゃべらない。



おしゃべりに夢中になって、食べることを忘れず、時間を守る。



よくかんで、みんなと同じ速さで食べる。速すぎても遅すぎてもよくありません。



食事中は立ち歩かない。



よい姿勢で食べる。  
ひじをついて食べない。  
お碗は手に持って食べる。



食器は正しく返す。  
みんなが使う食器なので大切に扱う。



# 1年生の給食が始まりました

4月14日(金)から、1年生の給食が始まりました。前日の13日に1組、2組それぞれのクラスで、「楽しい学校給食」という授業を行いました。紙芝居を見ながら、給食の配膳の仕方や片づけ方、食事のマナーや決まりごとなどを学びました。給食を作る調理師さんは6人です、と話すと、「そんなに少ないの?」とみんなとても驚いていました。



次の日は、いよいよ給食本番。初めてとは思えないくらい上手に配膳をしていました。初めての給食のカレーライスは大人気で、初日からお代わりをする子が続出。食缶はほとんど空っぽになりました。

最近では給食時間に様子を見に行くと、「今まで一回も残してないよ!」「これは苦手だけど、頑張って食べたよ!」と報告してくれる子もいます。楽しく食事をしながら、マナーを身につけ、食の体験を増やして欲しいと願っています。

いただきますの後は、おしゃべりしない「しっかり食べるタイム」です。初日のカレーは、ほとんどの子が完食していました。



食べ終わった後、ワゴンを所定の位置に戻すのも給食当番のお仕事です。重いので先生と一緒に運びます。



## 先月の給食から...

### サウピカンサラダ

【材料 (4人分)】 じゃがいも 中2~3個 揚げ油 適量 塩 少々  
キャベツ 4枚 にんじん 2cm位 ホールコーン 1/3カップ  
ドレッシング (ごま油 小さじ1 さとう 小さじ2 塩 小さじ1/5  
酢 大さじ1 しょうゆ 小さじ1)

【作り方】

- ① じゃがいもはせん切りにして油でカリッとするように揚げる。
- ② キャベツとにんじんはせん切りにする。(給食では、キャベツ、にんじんはゆでて冷ましています。)
- ③ ゆでた野菜をドレッシングで和え、①のじゃがいもを上に乗せて食べる。