

きゅうしょくだより

仙台市立向山小学校

平成 29 年度 11 月号

早寝、早起き、
朝ごはん!

寒くなってきました

朝夕の冷え込みがきびしくなってきました。季節の変わり目は、気温の変化から体調をくずしやすくなります。外から帰ったとき、食事の前には、必ず「手洗い」と「うがい」を行いましょう。また、風邪の予防には、バランスのよい食事、適度な運動、しっかり睡眠をとること、そして服装に気を付けることも大切です。



寒くなりました。
体があたたまる
飲み物を!

感謝の気持ちを持って食事をしましょう

11月23日
は勤労感謝の
日です。

私たちの食生活は、食べものの「いのち」と、食べものを作ったり、とったりしてくれる人や、食べやすく加工や料理をしてくれる人など、たくさんの人に支えられて成り立っています。食事の際は、感謝の気持ちを忘れずに、よく味わってなるべく残さず食べましょう。

食べものの
いのち

食品の加工や
販売に関わる人

食べものを
運んでくれる人

料理を作っ
てくれる人

生産者の
人



かん しゃ た
感謝して食べよう

27日 宮城の食材を食べました

「もうかさめの
竜田揚げ」です。
気仙沼で水揚げ
されます。

宮城県産ひとめ
ぼれです。10日
より新米になり
ました。



「曲がりねぎの煮
物」です。
J A 仙台さんに頂
きました。

「わかめ汁」で
す。仙台みそを
使っています。

今月は、地場産物をたくさん使った給食にしました。

笹かまぼこや、油麭、仙台青葉ぎょうざなどが登場しました。

27日は、「ごはん・牛乳・もうかさめの竜田揚げ・曲がりねぎの煮物・わかめ汁」にしました。もうかさは、油で揚げているので、食べやすく、子供たちもよく食べてくれました。曲がりねぎは、3年生は社会で学習していたので、「曲がりねぎだ。」「あまくておいしいね。」と言いながら、食べていました。学習と給食が結び付くように、また、食べることは楽しいことだと思えるような、給食を作っていきたいと思います。



給食室からこんにちは

すごしやすい季節はあっという間に過ぎ、ストーブが恋しい季節になりました。給食室でも、「今朝は寒いね。」が合い言葉のようになっています。22日の献立は、24日が和食の日でしたので、「ごはん・牛乳・さばの照り焼き・筑前煮・すまし汁」にしました。和食の日当日は、パンの献立でした。「どうして『和食の日』なのに、ごはんじゃないの?」と、ある児童に聞かれてしまいました。

主食は、すでに決められているので、24日の和食の日はパンの日でした。答えに困ってしまいました。給食に関心を持ってきているのは、うれしいなあと思いました。

これから、ふとんから出るのがつらくなってきます。朝ごはんを食べて、体の中から暖かくして、元気に学校に来てほしいと思う今日この頃です。