

# 2021 5月の給食だより

小松市教育委員会  
(小松市学校給食会)

新学期が始まり1ヶ月がたちました。新しい環境に少しずつ慣れてきたでしょうか？4月の緊張がとれて、食事の決まりやマナーを忘れていませんか？ここでもう一度、マナーを確認してみましょう。

## 食事のマナーを守って食べよう

できていることに○をつけてみましょう。

### レベル1

<input type="checkbox"/> 食前・食後の挨拶ができています	<input type="checkbox"/> 食器を正しくならべています	<input type="checkbox"/> 食事中に立ち歩かない
	 ごはんは「左」、汁物は「右」	

### レベル2

<input type="checkbox"/> はし・茶わんを正しく持っている	<input type="checkbox"/> よい姿勢で食べている	<input type="checkbox"/> ひじをつかないで食べている

### レベル3

<input type="checkbox"/> すききらいせう食べている	<input type="checkbox"/> よくかんで食べている	食事のマナーは、一緒に食事をする人が互いに気持ちよく食事できるように、また、食事や食材を作ってくれた人への感謝を表すふるまいです。
		正しいマナーを身につけて、みんなで楽しく食事をしましょう。

食材クイズの答え：①-D ②-C ③-A ④-B



## オリンピック・パラリンピック献立 ～給食で世界の味めぐり～



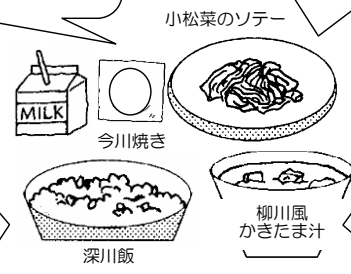
オリンピック・パラリンピックへ向けて、小松市で合宿を行ってきた9か国（カナダ、イギリス、ニュージーランド、ブラジル、フランス、モザンビーク、ノルウェー、スロベニア、日本）の料理を2019年7月から順に献立に取り入れています。いよいよ最後は、開催地東京の献立です。

### 5月は「東京献立」です！

**<今川焼>**  
江戸時代に売り出されたと言われている、東京発祥のお菓子です。

**<小松菜のソテー>**  
小松菜は江戸時代、江戸川区にある小松川付近で多く栽培されていたことからその名前がついたと言われています。

**<深川飯>**  
東京都の郷土料理です。昔深川地区（現在の江東区）一帯は海で、あさりがたくさんとれました。



**<柳川風かきたま汁>**  
郷土料理に柳川鍋があります。元々はどじょうとごぼうを甘辛く煮て卵でとじた料理です。どじょうの代わりに豚肉を使用し、甘めのすまし汁に卵を入れて作ります。

### 旬の食材クイズ

5月が旬の食材を給食に取り入れています。食材の名前と説明文を線ですないでみましょう。答えはこの面の左下にあります。



- A「桜桃(おうとう)」とも呼ばれます。あますっぱい味が人気です。
- B土から出た20cmほどの若い莖の部分です。
- C山に生える「山菜」のひとつで、春に芽生える若い芽です。
- Dさやと豆の両方食べられます。シャキシャキとした食感です。

## 5月分給食献立もりつけ表

小松市教育委員会  
(小松市学校給食会)

Bブロック 中学校				
月	火	水	木	金
3日 憲法記念日 	4日 みどりの日 	5日 こどもの日 	6日 ほうれん草サラダ かしわもち 牛肉ちらし寿司 若竹汁	7日 給食なし
10日 パンネのソテー 照り焼きチキン 米粉バターパン 野菜たっぷりスープ	11日 ミニトマト 2個 牛肉とぜんまいの炒め煮 ごはん カレーうどん	12日 野菜を鮭にかける 鮭のマリネ ポークビーンズ ミルクロール	13日 きゅうりともやしの和え物 肉団子の甘酢あん 3個 ごはん 豆腐と卵の中華スープ	14日 莖わかめのきんぴら さくらんぼゼリー 豚肉のごま味噌だれがけ 2個 ごはん すまし汁
17日 ごま酢和え 鱈のたつた揚げ ごはん なめことさといもの味噌汁	18日 スナップエンドウとツナのサラダ ミルクロール 米粉のクリームスープ	19日 大豆と小魚のごまからめ ごはん 鶏すき	20日 小松菜のソテー 今川焼 柳川風かきたま汁 深川飯 オリンピック・パラリンピック献立(東京)	21日 アスパラサラダ ヨーグルト 和風スパゲティ バターロール
24日 ハンサンスー 焼きギョーザ 2個 ごはん 麻婆豆腐	25日 焼きそば(パン皿) ウィンナー 2本 海菜サラダ 米粉バターパン(おかず皿)	26日 キャベツのごぼう和え タルタルソースをかける チキン南蛮 2個 ごはん 味噌汁	27日 キーマカレー ナン、ミルクロール キャベツのコンソメスープ	28日 豚肉と昆布の炒め物 かつおフライ ごはん 鶏肉とじゃがいものうま煮
31日 炒めなます さばの生姜煮 ごはん お魚団子汁	<b>今月の目標</b> <h1>姿勢よく食べよう</h1> <p>正しい姿勢で食べると ◆消化に良い ◆かみ合わせが良くなる ◆ポティーバランスが良くなる</p>			