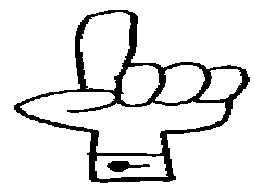


まゅうしょくだより

2022(令和4)年
5月号
茨本市立耳原小学校

5月は1年の中でも過ごしやすい時期ですが、日中は日差しが強く、汗ばむほどの日もあります。

急な温度変化には、服装の調整やこまめな水分補給を心がけて熱中症を予防しましょう。

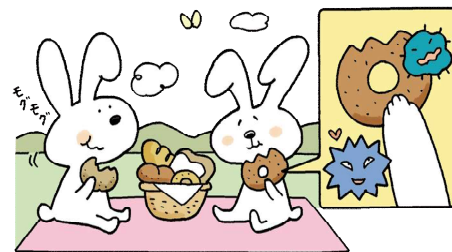


5月の給食目標は…

給食前と後の手洗いをきちんとしよう！です。

きれいに見えても実は…

私たちの手はいろいろなものに触れるので、ほこりなどのほかに菌やウイルスがついています。細菌などは目に見えないので、汚れていないように見えても手を洗う必要があります。



洗い残しの多い部分

ゆび先

ゆびの間

親ゆび

手くび

てあらいチェック！

いつもの洗い方で手を洗うフリをしてみよう。
洗い残しは無いかな？



みんなの給食を準備する
給食当番の人は特にしっかりと
手を洗ってくださいね！

テーマによる献立 ～日本の味めぐり～

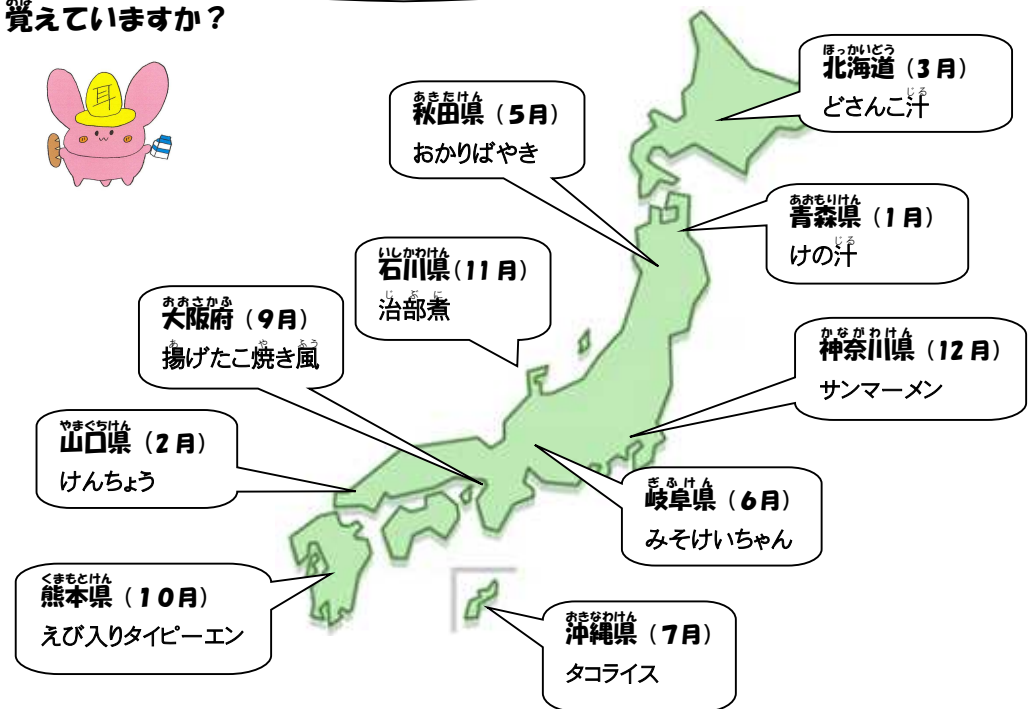
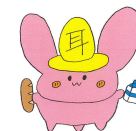


給食では毎年テーマを設けた献立を実施しています。

今年度も「日本の味めぐり」をテーマに、日本の様々な地域の郷土料理や、ご当地料理を取り入れていきます。その土地で食べられている料理や初めて出会う味を楽しみにしていきましょう！

昨年めぐった日本の味

覚えていますか？



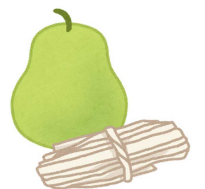
5月の日本の味めぐりは栃木県です！

31日(火) かんぴょうの炒り煮

かんぴょうは「ユウガオ」の実をひも状にむき、乾燥させたものです。

栃木県はかんぴょうの生産が日本一で、日本で作られているかんぴょうの9割を生産しています。

給食で初めてかんぴょうを食べる人もいるかもしれませんね。ぜひ味わってみてください！



きゅう しよく どう ばん
給食当番 3 択 クイズ

レベル★=かんたん
レベル★★=ちよっとむずかしい
レベル★★★=とってもむずかしい

Q1 レベル★
ただ きゅうしよくどうばん
正しい給食当番の
かっこう 格好はどれでしょう？

① ② ③

Q2 レベル★★★
おなかの具合が悪かったら、
どうすればいいでしょう？

① ガマンして最後 ② 友達に言って楽な ③ 先生に言って
まで仕事をする 仕事に代えてもらう 仕事は休む

Q3 レベル★★
ま ちが
道具と料理の組み合わせが
間違っているのはどれでしょう？

① ② ③
おたま みそ汁 しよもじ おひたし
トング ハンバーグ

Q4 レベル★★★
料理をよそうとき、気を
つけることはなんでしょう？

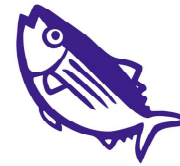
① 足りなくならない
ように量を考える
② きらいな物は
へらしてあげる
③ とにかくだれより
も早くよそう

Q5 レベル★
よそっている途中でおかずを床に落としてしまったら、どうすればいいでしょう？

① ② ③
気にしないで そのままに すぐに拾って食缶に戻す
しておく 先生に 報告する

①=②(髪の毛の帽子の中に入れ、口と鼻はマスクでおおひましよう。) ②=③(友達にうつる病気が
もれないので、少しでも体調が悪かったら先生に相談して休みましよう。) ③=②(しよもじはご飯をよそすと
きに使う道具です。) ④=①(最初に一人どのくらいよそえばいいか見本を確認して、足りなくならないように
配分を考えましよう。) ⑤=③(床はばい菌でいっぱいです。食缶に戻したりせず、おかずをどうするか先生に相
談しましよう。)

～たべものことば～



め
あおば
目には青葉
やま
山ほととぎす
はつ
初がつお

えど時代、はいく名人の山口素堂(ちやうど今ごろの季節)の風物詩をよんだ、有名な俳句です。目にはきれいな新緑、耳には山で鳴くほととぎすのきれいな鳴き声、そして口にはおいしい初がつお…という楽しみでいっぱいな気持ちが伝わってきますね。

当時は、「初もの」を食べることがいき(かっこいい)とされていました。その中でもとくに、初がつおが大人気で、すごく高いねだんだったそうです。

初がつおを食べる時に、つい口ずさみたくなる俳句ですね。



※初もの…その年に初めて収穫されるもの

かつお



かつおは回遊魚で、春になると黒潮(くろしお)の北上(ほくじよう)し、初夏になると関東(かんとう)の海(うみ)にやってきます。かつおは、体をつくるもとになるたんぱく質(あたんぱくしつ)を多く含んでいます。

給食では5月23日(がつ にち)にかつおとじゃがいも(あいら)を油(あぶら)で揚げ、しょうゆ(しゆ)や酢(す)で作ったタレ(たれ)をからめた

「かつおとじゃがいものごまねぎソース」が登場します！

