



5月 給食だより

令和 3年 4月 30日
狛江市立和泉小学校
校長 鷲見 真太郎
主任栄養教諭 早乙女 理恵

木々の緑がまぶしい5月、新しい学年がはじまり1ヵ月が経とうとしています。新しい学年、学校生活に少しずつ慣れてい
最中ですね。

新しい友だちと新しい味に出会いながら、じっくり味わう給食時間にしていきます。そのためのポイントを紹介し
ます。

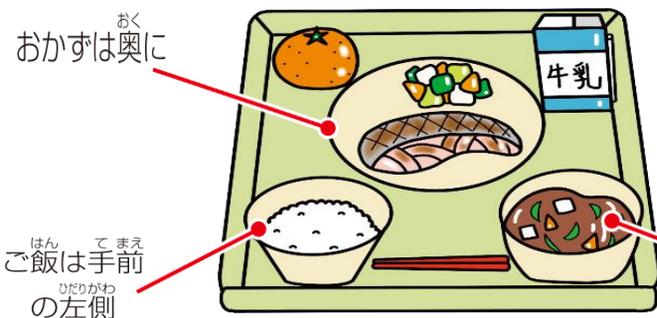
かっこいい食べ方をしよう

～食べることに集中できる機会を利用して～

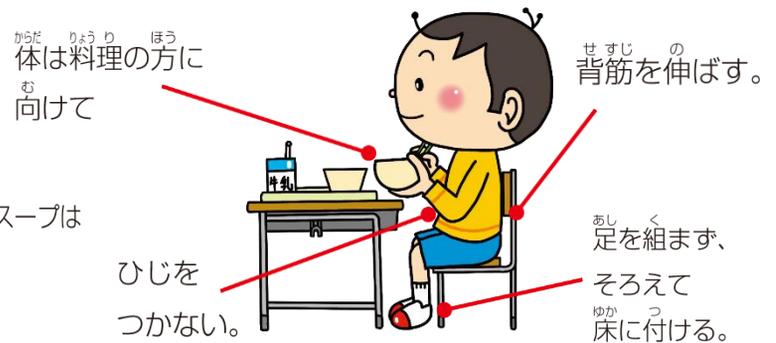


新型コロナウイルス感染症対応の給食が続きます。せっかくだから、「前向き・黙食」
のよさを生かして食事に集中できるようにしましょう。
次の3つのセットでチャレンジしてください。

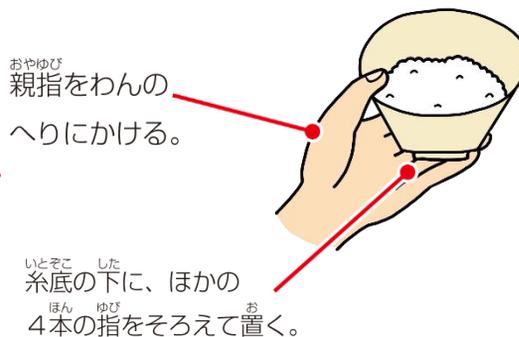
①食器の配ぜんを確認



②背中を伸ばして



③お茶わんは手に持って



大きなかんきつ (みかんのなかま) の食べかた

3～5月にかけて、大きなかんきつ類が給食に多く出ます。今はいろいろな種類のかんきつ類が出回っているので、なるべく給食に登場させたいと思っています。せっかくなので果肉も果汁も味わってほしいと思いますので、この連休を使ってご家庭で大きなかんきつ類をむく練習をしてみませんか？



①あついかわをはさず。



②ふさごとに分ける。

※大人の味の「にがみ」のおいしさ
わかる人はそのまま食べてもいいですよ。
うすいかわもえいようたっぷりです。



③おやゆびとひとさしゆびのつめを
つかって、切りこみを入れる。



④★じるしのところに、切りこみが
入りました。



⑤りょう手をつかって、切りこみを
広げます。



⑥うすかわの中から、きいろいなかみを
出して、「ぱくっ」と食べます。