



令和6年10月31日

七尾市立石崎小学校



私たちは、食事からエネルギーや栄養素を補給して、成長したり活動したりしています。私たちは、自然の恵みをいただいています。命をいただくことへ感謝の心を持って食べてほしいと思います。

食事のあいさつってどんな意味があるの？



かかわった人や命への感謝が込められているよ



いただきます

食べ物はもともと生きた動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。

ごちそうさま

漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうという意味です。

学校給食は、栄養教諭（栄養士）が献立を考えて、調理員さんが給食を作ります。また、使われる食材は農家さんや漁師さん、畜産農家さんなどの生産者が育てたりとったりしたものを、運送業者さんが運びます。このように、多くの人のおかげによって、学校給食はみなさんのもとに届けられているのです。

給食で『特別栽培米』が提供されます！

化学肥料や農薬の使う量を半分に減らし、代わりに自然由来の肥料などを組み合わせて生産された「特別栽培米」が、11月18日の週の給食に登場します。

中島町にある「農事組合法人なたち」の村田正明さんが、特別栽培で育てたお米です。食べる時は、ふだんのごはんとの違いを味わってみましょう。違いがわかるかな？

よく味わって食べる



料理を好き嫌いせず、よく味わっておいしくいただくことも、作った人や食べ物への感謝の気持ちを伝える大切な方法です。

食器をていねいにあつかう



食器やはしの持ち方、使い方、そしてきちんと後片付けをすること。そのどれもが作ってくれた人への敬意と感謝を表します。

給食はいろいろな人に支えられています



今月の給食
じわもん

米 牛乳 豚肉 たまご さば めぎす

ふくらぎ ぶり はたはた 米粉

大豆 ねぎ きゅうり 小松菜 大根

チンゲンサイ さつまいも りんご

