給食だより

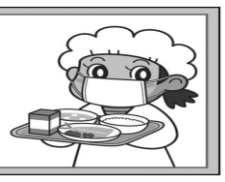


珠洲市立直小学校

秋が深まり、木の葉がだんだん赤や黄色に染まってきました。間もなく冬の足音も聞こえてきます。風邪をひかないよう、好ききらいせずになんでも食べて元気に過ごしましょう。



感謝して食べよう



食事の前には「いただきます」、食事の後には「ごちそうさま」。何気なく言っている人はいませんか？この食事のあいさつには大切な意味があります。どんな意味があるのか、みなさんは知っていますか？

いただきます

わたしたちは毎日たくさんの命をいただき、その命のおかげで生きています。肉も魚も野菜も米も全て命です。いただきますには、動物や植物の命への感謝の意味が込められています。

食事のあいさつ



ごちそうさまでした

わたしたちが毎日食事ができるのは、農家の人、料理を作ってくれた人など、たくさんの人の苦労や努力のおかげです。ごちそうさまにはそのような人たちへの感謝の意味が込められています。

わたしたちは毎日当たり前のように食事をします。でも本当は当たり前ではありません！わたしたちが食事をするために、たんさんの命とたくさんの人が関わっているということを忘れてはいけませんね。

～給食試食会～
ご参加ありがとうございました









10月8日、10日に給食試食会があり、多くの保護者の方がご参加くださいました。試食会の後には、栄養教諭より本校の給食や朝食についてお話もさせていただきました。保護者の方の感想を一部紹介いたします。

- 家ではあまり食べないものでも、給食ではしっかり残さず食べていてよかったです。
- 磯香和えがとてもおいしくて家でマネしようと思いました。
- 時間内にきちんと食べているところが見られてよかったです。おかわりもしているのがびっくりでした。
- ミートローフがやわらかくておいしかったです。いつもより早く食べ終えられて、嬉しそうにしていました。家にいる時より、学校のことを話してくれて親子で楽しめました。
- 上級生が周りに声をかけて気にかけながら接していたのがよかった。おいしい給食ができるまでに様々な配慮がされていることも知り、とてもありがたいと思った。

我が家のおすすめ朝食レシピ紹介

これからの時期にぴったりな体が温まるスープです。片栗粉を入れることで卵がふわふわになっておいしそう！ぜひ作ってみてください。

◇ふわふわ卵とベーコンのスープ◇　　K先生 より

材料（1人分）　卵 1個、ベーコン 1/2枚、コーン 大さじ1、固形コンソメ 1/2個、塩こしょう 少々、水 150cc、片栗粉 小さじ1

作り方　①鍋に水、コンソメ、塩こしょうを入れる。 ②短冊切りにしたベーコンとコーンを加える。 ③片栗粉を水にとかして鍋に入れる。 ④鍋の中をかき混ぜながら溶いた卵を入れる。

そっそく作ってみました



写真提供：校長
青のり入りで彩りもきれいです。おいしそうですね。

※おすすめ朝食レシピ、朝食作りにおける時短ワザは引き続き募集しています。学校のHP（給食だよりのページ）から様式をダウンロードできます。11月の締切は22日（金）です。