

給食だより

令和7年10月31日
大田区立清水窪小学校
校長 竹花 仁志
栄養士 吉澤 琉菜

11月の給食目標

感謝して食べましょう

みなさん、食べ物の好き嫌いはありますか？わたしたちは食べることで、元気に活動したり成長したりしています。毎日を元気にすごすためにも、好き嫌いをしないで残さず食べましょう！

想像してみよう！ 給食を支える人びと

おいしい給食が食べられるのは、農家さん、漁師さん、食べ物を運ぶ人、栄養士や調理員さん、そして働いてくれる家人など、多くの人に支えられているからです。感謝の気持ちを持って食事のあいさつをして、残さずに食べるようしましょう。



食事のあいさつには意味があります



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。

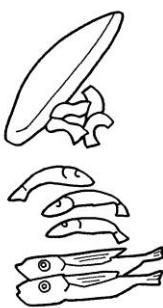
ごちそうさま
漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうという意味です。

和食の日

11月24日は「和食の日」です。この日は、和食や日本の伝統的な食文化について考えてみましょう。そして、家族で話題にしてみませんか？

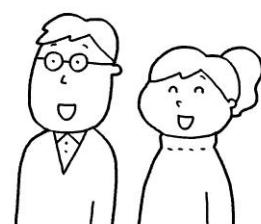
魚が原料のだし

魚が原料のだしには、かつお節やさば節、煮干し（かたくちいわし、とびうおなど）などがあります。かつお節（本枯節）は上品でまろやかな味わい、さば節はこくがあってそばつゆに使われるなど、それぞれのよさがあります。



勤労感謝の日に 思いを伝えよう

ありがとう



11月23日は勤労感謝の日です。勤労感謝の日は、「勤労をたとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日と定められています。身近な人たちに感謝の気持ちを伝えてみませんか？