

5月



給食だより

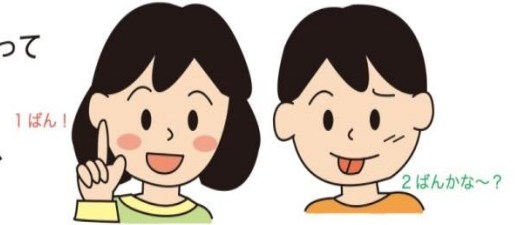
令和6年5月

日光市立小林中学校

新緑がまぶしく、風かおる心地よい季節になりました。新しい環境での緊張感がゆるみ、疲れとなって表れやすくなる時期です。朝昼夕の食事を規則正しくとり、元気な体で毎日を過ごせるようにしましょう。

守っているかな？ 食事マナーチェック！

毎日の食事中、君はマナーを守って
食べているかな？
マナーチャンピオンをめざして、
さっそくチェックしてみよう！



Q1. 食事の前に手を
洗う？

1. はい
2. よごれていなければ洗わない

Q2. 食事の前、おなかが
すいてしまったら？

1. 食事までがまんする
2. おやつを食べる

Q3. 夕食は、ハンバーグ、
ごはん、みそ汁。
さて、どう食べる？

1. 順番に食べる
2. 好きなハンバーグだけ先に食べる

Q4. 家で食事の時は、
どんな風に食べる？

1. 家族と話をしながら
2. テレビを見ながら

Q5. きれいなものが
食事で出た時は？

1. 少しでも食べてみる
2. ぜったい残す

Q6. 食べ終わった
食器はどうしてる？

1. 台所まで運ぶ
2. そのまま置いておく

★どの質問も「1」を選ぶとマナーチャンピオンに近づけるよ★

○1の数が0~2個…「マナー初心者」もう1度確認！

○1の数が3~5個…「マナー中級者」あと1歩でチャンピオン

○6問全部1だった…「マナーチャンピオン！」友達にもマナーを
教えてあげてね♪

寄せばし

はしで食器を移動させる。

探りばし

好きな食べ物などを探して食べる。

はし渡し

はしとはして料理を受け渡す。

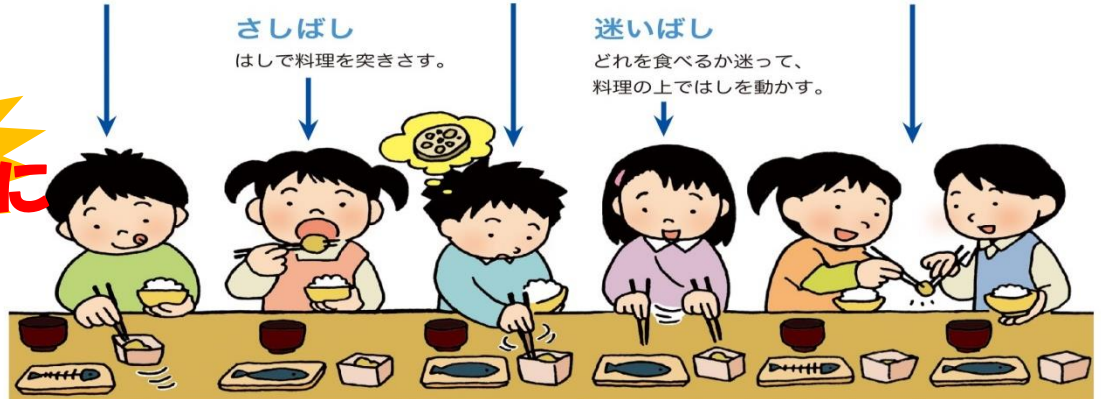
さしばし

はしで料理を突きさす。

迷いばし

どれを食べるか迷って、
料理の上ではしを動かす。

おはしの
マナー違反に
要注意！



こんげつ ちさんちしょうしょくざい ~今月の地産地消食材

ぶたにく 豚肉



今月の地産地消食材は、日光市産の豚肉です。豚肉には、たんぱく質やビタミンB1が豊富に含まれています。たんぱく質は、成長期に丈夫な体をつくるために大切な栄養素です。また、ビタミンB1はエネルギーを作るときに必要なビタミンです。