給食だより

本校では１１月１６日～２０日の５日間を地場産物週間とし、普段よりもさらに多く徳島県産の食材を使用しています。改めて徳島県産の食材を味わいながら食べましょう。

また、「県産水産物を活用した学校給食提供事業」により、１６日の『ハモの唐揚げ』を無償で提供していただきました。徳島県が全国に誇る『ハモ』をこの機会にぜひ堪能してくださいね。

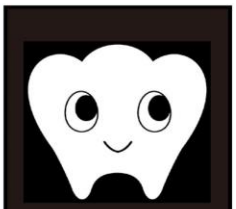
11月23日は 勤労感謝の日

食べ物をつくってくれる人や
食べられることに感謝しましょう。

あっ、

その一口食べる前に いただきます！

食事の前後のあいさつ。「めんどうだから」「恥ずかしいから」などの理由で、無言で食べている人はいませんか？　特にひとりで食べる時など、あいさつはおろそかになりがち。しっかりあいさつをする習慣をつけましょう。



11月8日は
いい歯の日

歯を大切にしていますか？

こんな食生活はむし歯の原因になってしまいます！

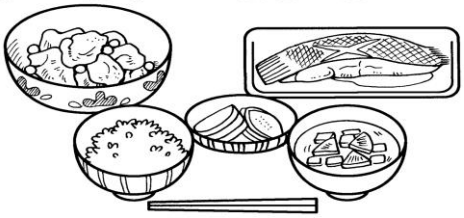
・甘い菓子や飲み物のだらだら食べ

・歯みがきはめんどうだからしない

・あまりかまなくても食べられるやわらかい食べ物が好き

１１月２４日は“和食の日”

和食の配ぜん



主食のごはんを左、汁物を右におきます。これは一汁一菜や一汁三菜など、古くから食べ継がれてきた和食の配ぜんの基本で、ごはん茶わんを左側においた方がスムーズに食事をすすめることができるからです。

クイズ

Q．筆、次郎、御所、これらの品種がある果物はなーんだ？

①みかん　②りんご　③かき

答え：③かき
かきは大きくわけて、甘がきと渋がきにわけられます。渋がきでも渋をぬいておいしいかきとして、出荷されています。問題に出てきた品種はいずれも甘がきです。かきはビタミンCやカロテンが豊富な果物です。