



# ぱくぱくだより

令和6年10月

城東小学校



こんげつ きゅうしょくもくひょう  
今月の給食目標

## にがてなたべものもチャレンジしよう



皆さんは、どんな味が好きですか？ 食べたときに感じる味には「甘味・塩味・酸味・苦味・うま味」という5つの基本の味があります。料理は、この基本味の組み合わせによって、さまざまな味わいが生み出されています。

また、おいしさを感じるのは、味だけでなく、料理の見た目、食べたときの音やかみごたえ、温度なども関係します。そして、成長とともに、おいしく感じられる味やかみごたえなどのはばは、広がっていきます。今苦手に感じる食べものや料理も、少しずつチャレンジしているうちに、おいしく感じられるようになる場合もおおくあります。

### 5つの基本味と代表的な食べ物



あまみ  
甘味



さとう  
砂糖、ハチミツ



えんみ  
塩味



しお  
塩



ざんみ  
酸味



す  
酢、レモン



にがみ  
苦味



コーヒー、ゴーヤ



うまみ  
うま味



だし



こんげつ しょくいく ひ  
今月の食育の日

さつまいもごはん ギョウザにゅう  
れんこんサンドフライ あきのみりじる



まいたけ



えのきだけ

3年生国語では、秋のくらしに関わる言葉を集めたり、その言葉にまつわる経験を思いだして文章を書いたりすることで、語彙を豊かにすることをめざします。学校の給食も、季節を意識した献立を多く取り入れていて、給食時間には、季節の献立や食材を味わいながら、感想を聞いたり、季節の食べものへの注目を促したりしています。



さつまいも

18日の給食では、3年生国語「秋のくらし」より、まいたけ・えのきだけ・さつまいもを使った献立が登場します。おいしく秋を味わいましょう♪