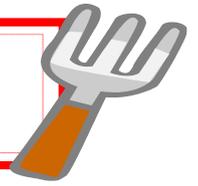


ぱくぱくだよい

令和6年11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

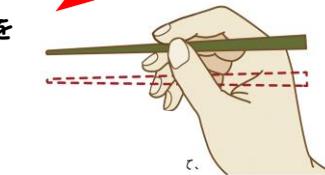
ただ も かた た 正しいはしの持ち方で食べよう

ユネスコの世界無形文化遺産に登録され、世界でも認められている日本の食「和食」。和食で欠か
せない「はし」を使って美しく食べることは、「和食」を大切に、楽しむことにもつながります。
日ごろのはしの使い方について、ふりかえってみましょう

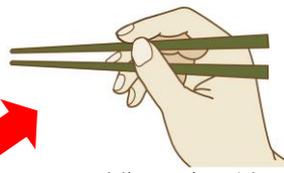
ただ も 正しくはしを持っていてるかな？



まずは、はしをえんぴつ
持つように1本持つ

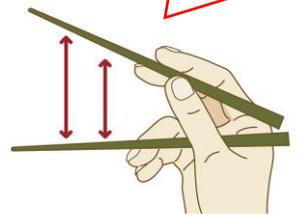


2本目のはしは、1本目の3センチほど下を、親指
のつけねと、薬指のつめの横にあててもつ



これが正しい持ち方。
上のはしだけを動かし、下
のはしは動かさない

くすりゆび こゆび うご
薬指と小指は動かさず、
おやゆび ひとさ ゆび なかゆび
親指と人差し指と中指を
うご 動かして、箸先を広げ
うご 動かし、箸先を広げ
りとしじりしよう



はしのマナーにも注目！
ふだん しょくじ ばめん
普段の食事こんな場面
はないかな？

しなでね！はしのマナー1はん



わたしばし



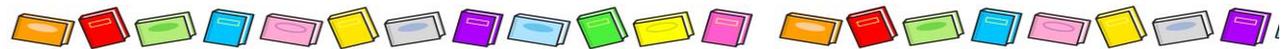
さぐりばし



さしばし



ねぶりばし



こんげつ しょくいく ひ こんだて
今月の食育の日献立

19日(火) 3年国語「すがたをかえる大豆」より



大豆は「畑の肉」と言われるほど、栄養たっぷりの食べもので、むかしから、
日本人に親しまれてきました。大豆からは、豆腐やおから、豆乳が作られ、炒れ
ばきなこに、発酵させればみそやしょうゆや納豆になります。また、大豆ミート
というお肉そっくりな形にも変わります。19日の給食には、変身した大豆が
たくさん登場しますよ。いくつ見つけられるかな？