

11月給食だより

かていすうはいふ
家庭数配付

れいわ ねん がつ にち
令和6年10月31日

かわさきしり つみなみがわらしやうがっこう
川崎市立南河原小学校

すこ 少 ずつ 秋の 訪 れ を かん じる 季節 となり ました。 あさばん ひ こ ひ ふ も 増 えて きて いて、 たい ちょう を 崩 し がちな 時期 でも あり ます。 毎日 3 食 っ かり 食 べ て、 夜 は っ かり 睡 眠 を と り、 元 気 に 毎日 過 ぎ せ る と 良 い で す ね。

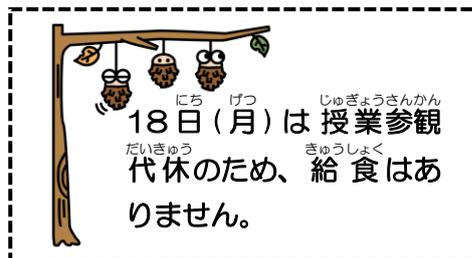


11月の給食の紹介

きゆうしよくもくひよう 給食目標 「食文化について考えよう (和食)」

季節の食品

ごぼう さつまいも 里芋 じゃが芋 大根
チンゲン菜 長ねぎ にんじん 白菜
ほうれん草 みかん りんご さけ さば



25日(月) 新献立「もやしのおかか炒め」

下ゆでしたにんじんともやしをごま油で炒め、砂糖としょうゆで調味し、チンゲン菜とけずり節、白いりごまを加えて作ります。



「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち

日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。それぞれ、どのような意味があるのでしょうか。

いただきます

「いただく(頂く/戴く)」は、頭(あたま)にのせるといふ意味があり、身分(みぶん)の高い人(ひと)から物(もの)をもらう際(さい)、頭上(ずじょう)に捧(たか)げて敬意(けいい)を表(ひょう)した動作(どうさ)にちなむ言葉(ことば)です。自然(しぜん)の恵(めぐみ)、生き物(いのち)の命(いのち)をもらうことへの感謝(かんしゃ)を表(あらわ)します。



ごちそうさまでした

「ちそう(馳走)」は、食事(しょくじ)を用意(ようい)するために走り(はし)回る(まわ)ることを意味(いみ)しており、この食事(しょくじ)が出来(でき)上がる(あがる)までに関(か)わったひと(ひと)とへの感謝(かんしゃ)の気持ち(きもち)が込(こ)められて(られて)います。



食べる(た)ことは、生き物(いのち)の命(いのち)をいただき、命(いのち)をつないでいく(つな)いでいくことです。また、食事(しょくじ)が出来(でき)上がる(あがる)まで(まで)に、料理(りょうり)をつく(つく)ひと(ひと)、農作物(のうさくぶつ)や家畜(かちく)を育て(そだ)てる(てる)人(ひと)、魚(さかな)をとる(と)る人(ひと)、食材(しょくざい)を運(はこ)ぶ(ぶ)人(ひと)、販売(はんばい)する(する)人(ひと)など、た(た)く(た)さ(さ)ん(ん)の(の)人(ひと)が(が)関(か)わ(わ)っ(っ)て(て)い(い)ま(ま)す。感謝(かんしゃ)の(の)気(き)持(も)ち(ち)を(を)忘(わす)れ(れ)ず(ず)に、心(こころ)を(を)込(こ)め(め)て(て)あ(あ)い(い)さ(さ)つ(つ)し、食(しょく)事(じ)を(を)大(たい)切(せつ)に(に)い(い)た(た)だ(だ)き(き)ま(ま)し(し)よ(よ)う。



きゆうしよくひ がつぶん こうざふりかえび がつあつか げつ
給食費(11月分)の口座振替日は12月2日(月)です。