

5月 食育だより



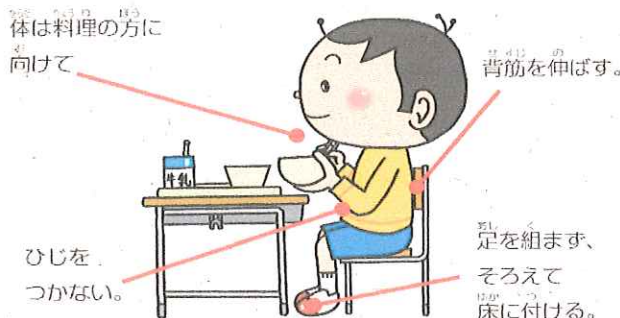
高浜町学校給食センター

5月のさわやかな風が若葉を揺らしています。しかし、連休もあるこの時期は、4月からの緊張がほぐれて疲れがでやすくなります。早寝・早起き・しっかり朝ごはん、毎日元気に登校しましょう。

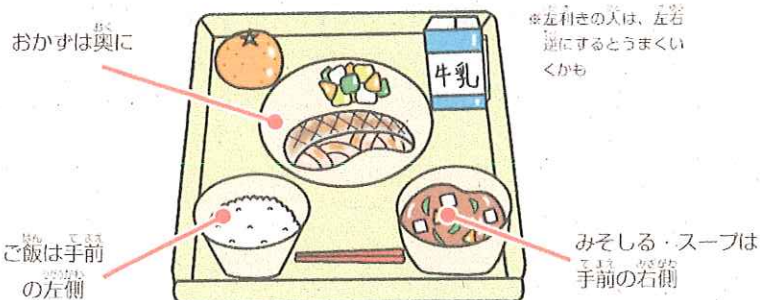
かっこいい食べ方をしよう

食事のマナーは昔から伝えられてきたものです。きれいでかっこいい食べ方をするために、守ってほしい大切なことなので、次の3つのセットでチャレンジしてみてください。

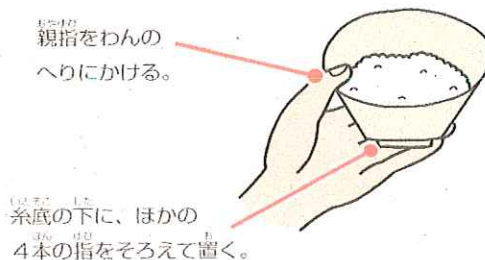
②背中を伸ばして



①食器の配ぜんを確認



③お茶碗は手に持って



夏みかん (甘夏)

5月28日の給食に登場!上手におけるかな?

大きなかんきつ (みかんのなかま) の食べかた

- ①あついかわをはずす。
- ②ぶさごとに分ける。
※大人の味の「にかみ」のおいしさがわかる人はそのまま食べてもいいですよ。うすいかわもえいようたっぷりです。
- ③おやゆびとひとさしゆびのつめをつかって、切りこみを入れる。
- ④★じるしのところに、切りこみが入りました。
- ⑤りょう手をつかって、切りこみを広げます。
- ⑥うすかわの中から、きいろいなかみを出して、「ぱくっ」と食べます。

小学4年生の国語「白いぼうし(あまんきみこ)」にも、夏みかんが出てきますね。「これは、レモンのにおいですか?」「いいえ、夏みかんですよ。」