

9月給食だより



令和7年9月号
都立墨田特別支援学校
校長 深谷 純一
栄養士 今木 美来

夏休みが終わり、2学期が始まりましたが、まだまだ暑い日が続きます。暑さの疲れが出ないように、食事と睡眠をしっかりとって、体調を整えましょう。

今月の目標：食事のマナーを身につけよう

一緒に食べる周りの人と、楽しく、美味しく食べるために、食事のマナーを守ることが必要です。

食事のマナーのひとつである「いただきます」と「ごちそうさま」は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」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち

いただきます

「いただく」は、自分の高い人から物をもらう際、頭の上に捧げるという意味があります。自然の恵み、生き物への命をもらうことへの感謝を表します。



ごちそうさまでした

「ちそう」は、食事を用意するために走り回ることを意味していて、食事が出来上がるまでに関わった人への感謝の気持ちが込められています。



食べることは、生き物の命をいただくことです。また、食事が出来上がるまでに、料理を作る人をはじめ、農作物や家畜を育てる人、魚をとる人、食材を運ぶ人、販売する人など、たくさんの人が関わっています。感謝の気持ちを忘れずに、心を込めてあいさつし、食事を大切にいただきます。

7月の給食紹介★Xでも配信中★

7月10日(木)

牛乳、シーフードカレーライス
手作り福神漬け、グリーンサラダ
ブルーベリーヨーグルト



夏の果物である、国産のブルーベリーを甘く煮詰めて、コンポートにし、ヨーグルトと合わせました。カレーとの相性が良く、好評でした！

9月の食育の日給食(郷土料理)

9月19日は北海道の郷土料理給食です。

・鮭のちゃんちゃん焼き

秋から旬を迎える鮭と野菜を蒸し焼きにして、味噌で味付けした料理です。「ちゃっちゃん」とつくから、「お父ちゃんが作るから」など名前の由来は諸説あります。

・じゃが芋とコーンのバターソテー

北海道はじゃが芋とトウモロコシが沢山とれます。また、バターの生産量は日本一！北海道を沢山味わえるように、じゃが芋とトウモロコシをバターで美味しく炒めます。