

9月給食だより



令和8年9月号
都立墨田特別支援学校
校長 深谷 純一
栄養士 栄養士 鈴木 淳子

いよいよ夏休みが始まります。本格的な暑さ到来です。暑さから体調を崩さないように、食事と睡眠をしっかりってください。2学期も元気なみなさんに会えることを楽しみにしています。

9月の給食目標：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しょう。

夏休みにご家庭でクッキング！！

簡単でおいしい給食レシピのご紹介

タンダーチキン(4人分)

鶏もも肉 2枚 半分に切る

たまねぎ 50g すりおろす

ヨーグルト 50g(大さじ4)

カレー粉 2g(小さじ1)

塩 2.5g(小さじ1/2)

にんにく 1かけ すりおろす

パプリカ粉 少々(なくても大丈夫です。)

たまねぎ～パプリカ粉までを合わせたものに、鶏肉を漬けます。2時間から1晩漬けるとおいしくなります。フライパンまたは、オーブンで焼いてできあがり！

保護者試食会について

保護者試食会へのご参加ありがとうございます。とうございました。第1回試食会は、9月17日に開催いたします。お申込みいただいた保護者あてに参加決定日を記載したご案内を配布させていただきました。ご確認の上、当日ご来校ください。

昨年度の試食会は、和風の献立をメインに実施させていただきました。アンケートには、洋風の日も食べてみたいとのご意見を頂戴しましたので、今年度は、洋風の献立の試食会にしました。楽しみにご参加ください。