



食育便り

令和7年9月19日 村上特別支援学校



長い夏休みが終わり、2学期が始まって、3週間経ちました。この時季は、夏の疲れが残りがちです。早寝・早起きをして、朝・昼・夕の3食をしっかりと、生活リズムを整えて、元気に登校できるようにしましょう。

9月の給食目標

食事のマナーを見直そう！

はしの、正しい持ち方

① 上のはしは、えんぴつを
持つように指ではさむ。

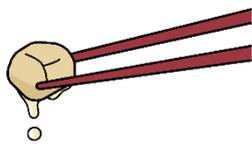


③ 使うときは、上のはしだけを
動かして下のはしは動かさない。

② 下のはしは、親指のつけねと
薬指の横にのせる。

こんなことをしていませんか？

これは「きれいばし」といって、食事中にしてはいけないはし使いです。一緒に食べている人に、いやな思いをさせないためのマナーです。



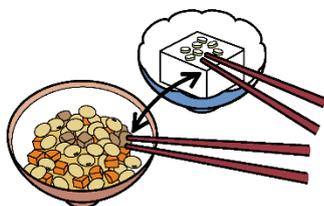
涙ばし



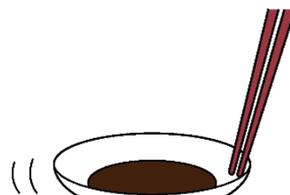
持ちばし



刺しばし



迷いばし



寄せばし



探りばし

給食ライフライン

今年度も毎月、各学部の希望献立を実施します。9月は、小学部1・2組の希望献立を実施しました。みんな、おいしそうに食べていました！

当日の給食



小1給食の様子



小2給食の様子



9/11(木)

ごはん、ふりかけ、ハンバーグ、のり酢和え、具たくさんみそ汁、ぶどうゼリー、牛乳

10月は小学部3・4組の希望献立を実施します。お楽しみに♪



9月の調理場の様子

初日の「ドライカレー」が出来上がっていく工程を紹介します。

にんにく、しょうが、豚ひき肉を炒めます。



玉ねぎやにんじんを入れて、さらに炒めます。



挽き割り大豆を入れて、さらに炒めます。



ピーマンや枝豆も入れます。



カレールーや調味料を入れて、焦げないようによく練ります。



完成です♪

