

まゆうしよくだより

令和7年11月
大阪市立桜宮小学校

しよくじ かんが 食事のマナーについて考えよう

しよくじ 食事のマナーとは、みんなが楽しく 食事をするためのものです。食事のマナーは国や地域によって様々です。日本での食事のマナーの一例を紹介します。

このようなことに気を付けましょう

せすじ
背筋をのばして
からだ
体によい姿勢で
た
食べる。



ちゃ しる
茶わんや汁わんを
も た
持って食べる。



くち た
口に食べものを
い はなし
入れたまま話を
しない。



しよくじ
食事にふさわ
しい話を
はなし
をする。



ほか
*他にはどのようなマナーがあるか かんが
考えてみましょう。

がつ 11月のこんだてより

あき しょうかい
～秋にいいくだものを紹介します～

みかん がつむいか もく 11月6日(木) 19日(水)

みかんにはビタミンCがたくさん含まれていて、かぜを防ぐはたらきがあります。



りんご がつ にち すい 11月12日(水)

りんごは一年中出回っていますが、旬(たくさんとれて、おいしい時期)は10月から1月ごろです。



かき(富有柿) ふゆうがき がつ にち もく 11月27日(木)

こくない いちばんせいさんりょう おお かき ひんしゅ ほか ひんしゅ あま
国内で一番生産量が多い柿の品種です。他の品種より甘いので「甘柿の王様」と呼ばれています。

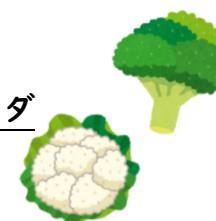


きゅうしよく どうじょう いま しゅん や さい 給食に登場する今が旬の野菜

★ブロッコリー★

ブロッコリーは、すずしい気候でよく育つ野菜です。旬は11月から3月ごろです。

がつじゅうよっ か きん 11月14日(金) ブロッコリーのサラダ



★カリフラワー★

カリフラワーは、つぼみの部分を食べる野菜です。キャベツと同じ種類の野菜で「キャベツの花」という意味があります。

がつはっ か もく 11月20日(木) カリフラワーのピクルス

