

9月20日(木)

心をこめてあいさつをしよう

食事のあいさつの意味を知り、毎日しっかりあいさつをしましょう。

いただきます

どうぶつ 動物や植物の命
をいただいていることや、食事ができることへの感謝の気持ちをこめています。



ごちそうさま

この食事ができるまで、収穫や調理などに関わってくれた、たくさんの人たちへの感謝の気持ちをこめています。

きょうのこんだて

ピーフカレーライス[こめこ]
きゅうりのピクルス
はくとう(かん)
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) じゃがいも、サラダあぶらさとう、ごはん
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにく、ぎゅうにゅう
みどり	(おもにからだのちょうどいしをととのえる) たまねぎ、にんじん、グリンピース、にんにく、きゅうり、はくとう(かん)

クイズ12 日本にカレーを伝えた国は、つぎのうちどこの国でしょうか。

- ① アメリカ ② イギリス ③ インド

一口メモ

○9月は「食物アレルギー対応サポート月間」です。

今日のカレールウの素は、小麦を原材料に使用していない
「米粉のカレールウの素」を使っています。

○みなさんは、食事のときに「あいさつ」をしていますか。

食事のときのあいさつの意味がわかって、心をこめたあいさつ
ができるようになります。

食事の前は、「いただきます」です。わたしたちは生き物の命をいただいて、生きて
います。食べ物をむだにすることは、その命をむだすることになります。いつも感謝の
気持ちをこめてあいさつをしましょう。上福島小学校は、(株)一富士フードサービスの

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。



方々が毎日185人分の給食を作ってくださっています。一富士フードサービスの方々にも心を
こめたあいさつをしましょう。

【おまけクイズ】

一富士フードサービスの方々は何人で給食を作ってくださっているでしょうか。

- ① 3人 ② 4人 ③ 5人

たまねぎ	北海道	にんじん	北海道	きゅうり	北海道
じゃがいも	青森県	にんにく	青森県	グリンピース(冷)	アメリカ

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③ おまけクイズ答え：①