

## 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

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

ビーフカレーライス[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しをととのえる) たまねぎ、にんじん、グリーンピース、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しょう。

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



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のでしょうか。

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	グリーンピース(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

今週は、「食育週間」です。  
食について考えましょう。

