

給食だより 11月号 尼崎市立名和小学校

朝夕 風が冷たくなり、木々の葉も少しずつ色づいてきて秋を感じるこの頃です。

芸術の秋、図工展に向けてみなさんの絵や立体作品が完成してきましたので今からとても楽しみです。

給食では、「ほうとう」「さつまいものシチュー」「チャンポン」などの献立を取り入れています。



今期のこんだてより



11月7日(木) わかめごはん 牛乳 ほうとう 焼きししゃも ひじき豆 みかん

ほうとうは山梨県の郷土料理です。季節の野菜だいこん、はくさいが入っていてみそで味付けしてあります。うどんが平たいのが特徴です。

11月13日(水) さつまいものシチュー

季節の食べ物を使った献立を取り入れています。「さつまいも」があまくておいしい季節になりました。

11月19日(火) 新献立 貝柱ごはん

炊き込みご飯の種類を増やしています。貝柱の風味がしておいしく仕上げています。



11月21日(水) 豚肉と小松菜の炒め物

尼崎市産の小松菜を使用しています。豚肉を土しょうが、にんにくで炒め、にんじん、たまねぎ、小松菜を入れてさらに炒め、しょうゆ、オイスターソースを入れ、ごま油を入れて仕上げています。



お知らせ 残食調査

11月12日(火)～15日(金)
毎日の給食がどれくらい食べられているか、クラスごとにアンケート調査をします。



味わって食べていますか？

みなさんは食べ物をよく味わって食べていますか？



あまい、からい、すっぱい、苦い…食べ物にはいろいろな味があります。わたしたちが「おいしい!」と感じるのは、舌で感じるだけでなく、見た目や香りなど、いろいろなことが関係します。

★どんな見た目かな？



★かむと、どんな音がするかな？



★どんな香りがするかな？



★どんな食感がするかな？



★どんな味がするかな？

基本味 舌や口の中にある「味蕾(みらい)」で感じます。

あまい 子ども ごとう	しょっぱい 子ども 塩	すっぱい 子ども 酢	苦い 子ども 苦味	うまい 子ども だし
甘味	塩味	酸味	苦味	うま味

「味蕾(みらい)」ではなく、触覚で感じます。

からい 子ども 唐辛子	しぶい 子ども 渋み
辛味	渋味

○ 食べている時の環境や雰囲気、自分の体調などにより、「おいしさ」の感じ方は変わります。



★ どんな味がするのか意識して食べてみませんか？