

5月 食育だより

令和7年5月発行 第23号
王寺町立学校給食センター

新しい学年がはじまり、もうすぐ1か月が経とうとしています。新しい学年、学校生活には慣れましたか？
新しい友だちや先生と、もっと楽しく過ごすために、給食時間のマナーについて見直してみませんか？食事のマナーは、周りの人と気持ちよく食事をするために、とても大切です。給食を通して基本的なマナーを身につけましょう。

意識していますか？

食事のマナー

正しい姿勢



やりがちなマナー違反



おわんの持ち方



やりがちなマナー違反



！食事中に気をつけたいこと



はしの持ち方



やりがちなマナー違反



おはしってすごい！



／知っていましたか！？／
実は…王寺町の給食のおはしは5年生になったら色が変わるのです！！

その理由は「サイズ」にあります。
子どもたちの手の成長に合わせて
1～4年生には短めのおはし(ピンク色)を、
5～9年生には長めのおはし(黄色)を届けています。

給食レシピ



ならあえ



<材料> 4人分(給食の副菜の量) <作り方>

- うす揚げ・・・20g
 - こんにやく・・・80g
 - にんじん・・・40g
 - 干しいたけ・・・1g
 - 奈良漬・・・12g
 - 砂糖・・・小さじ1.5
 - 濃口しょうゆ・・・小さじ1
 - みりん・・・小さじ1/3
 - 炒め油・・・適量
- ①うす揚げ…短冊切り　こんにやく…細切り
にんじん…短冊切り　奈良漬…粗みじん
干しいたけ…スライス(戻し汁をとっておく)
 - ②鍋に油を熱し、にんじん、こんにやくを炒める。
 - ③うす揚げ、こんにやく、干しいたけ、戻し汁、調味料を加えて炒める。
 - ④奈良漬を加えてさっと炒め、味を調える。
- 奈良漬を使った、奈良県の郷土料理です。
甘辛い味つけで、ごはんにもぴったり！ぜひお試しください。