

おうちのひととよんでね。



# しょくいくだより

宇都宮市立新田小学校  
令和4年度 第7号



秋も深まってきました。今月は23日に勤労感謝の日があります。もともとは「新嘗祭」といって、米や農作物など、その年の収穫を神に感謝する日でした。普段何気なく食事をしてしまいがちですが、その裏には、食べ物を育てている人や運搬をする人、料理をする人など、さまざまな人たちの働きがあります。感謝の気持ちを忘れなように、ご家庭でも話題にしていだけたらと思います。

## おにぎりの日

10月4日はおにぎりの日でした。給食の時間が始まると大切に切り出して、「見てみて〜」と写真をたくさん撮らせてくれました。そしてうれしそうに食べていました。早起きして自分で作ったおにぎりは特別おいしかったことと思います。保護者のみな様にはお忙しい中、大変お世話になりました。



## ★感想★

- 早起きして作ったよ (1年生)
- 楽しかった！こんなふうにするんだ (2年生)
- タイマーセットができた (3年生)
- 料理をすると楽しくわくわくする (4年生)
- ごはんを炊いたり、1から自分で作ったおにぎりはおいしかった (5年生)
- 6年生になった今はにぎるのがうまくなった (6年生)



## マナー週間

若松原地域学校園（若松原中、五代小、新田小）で、マナー強化週間を実施しました。おわんをきちんと持って背筋をのばして食べる、食器やおはしを正しい位置に並べるなど基本的なことを確認しました。これからも正しいマナーを身につけていきたいと思います。

11月16日(水)の献立の変更をお知らせします。

マカロニのクリーム煮 → さつまいものシチュー  
学校園で採れたさつまいもを使用します。

★うしろは うつのみやし  
もぐもぐだよりです！

ひづけ	こんだてめい	おもなざいりょう			エネルギー(kcal)
		きいろのしょくひん ちからやねつのもとなる	あかのしょくひん ちやくになる	みどりのしょくひん からだのちようしき ととのえる	たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
16(水)	コッペパン ギョウにゅう イチゴジャム さつまいものシチュー ゆでやさい イタリアンドレッシング みかん	コッペパン いちごジャム さつまいも こむぎこ マーガリン サラダあえ	ぎょうにゅう ぶたにく もろろあんこ ままクリーム こなチーズ	にんじん たまねぎ パセリ ほうれんそう キャベツ とうもろこし みかん	663 227 21.3 2.1

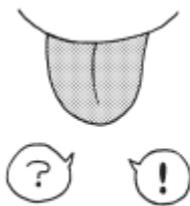


今年の十五夜は9月 10 日(土)です。献立予定表に抜けていま  
した！9日(金)月見デザート<sup>つきみ</sup>のゼリーが出ます。

おにぎり計画<sup>おにぎりけいかく</sup>,ふりかえりカードは  
食育<sup>しょくいく</sup>ファイルに綴<sup>つづ</sup>っていき、今後<sup>こんご</sup>  
のお弁当<sup>べんとう</sup>の日の計画<sup>けいかく</sup>などに活用<sup>かつよう</sup>  
します。食育<sup>しょくいく</sup>ファイルとともに学校<sup>がっこう</sup>  
で保管<sup>ほかん</sup>いたします。

## 11月8日は **よくかむと体や脳によいことがたくさん** いい歯の日

味がよくわかる



唾液が多く出る



食べ過ぎを防ぐ



脳の働きアップ



消化を助ける

