

ワンキタム

11月

津島市教職員会
栄養教諭・学校栄養職員部会



きゅうしょく しょうかい 給食レシビ紹介



とうにゅう 豆乳スープ

ちょうしょく
朝食にもおすすめ!

★材料 (4人分)

・ベーコン	40g	・マカロニ	10g
・じゃがいも	中1個	・豆乳	200ml
・にんじん	1/4本	・コンソメ	小さじ1
・はくさい	葉1枚	・薄口しょうゆ	小さじ1
・パセリ	少々	・塩・こしょう	少々
		・水	100ml



★作り方

- ① ベーコンは5mm幅の短冊切り、じゃがいもは角切り、にんじんはいちょう切り、はくさいは2cm幅のざく切り、パセリはみじん切りにする。
- ② マカロニは下ゆでしておく。
- ③ 水の入った鍋に、にんじん、じゃがいもを入れて強火にかけ、やわらかくなったらベーコン、はくさいを加える。
- ④ ②のマカロニと、コンソメ、薄口しょうゆを入れ、豆乳を加える。
- ⑤ 最後にパセリを入れて、塩、こしょうで味を調べて、完成。

かんしゃ た 感謝して食べよう!

11月23日は勤労感謝の日です。もとは『新嘗祭』と呼ばれる祭日で、秋の実りを神様に感謝する日でした。食事ができることに感謝をし、味わって食べられるとよいですね。

なぜ、食事のあいさつをするの?

食事の前には「いただきます」、食事の後には「ごちそうさま」と言いますね。このあいさつには、どのような意味がこめられているか知っていますか。意味を理解して、心をこめてあいさつをしましょう。

いただきます!



ごちそうさま!

「いただきます」という言葉には、「動物や植物の命、自然の恵みを粗末にしません」という意味がこめられています。

また、食事に関わってくれた多くの人々に対する感謝も表しています。



「馳走」とは、走り回るという意味があります。昔はお客様がくると、食べ物や山まで探しに行かなければなりませんでした。

「ごちそうさま」は、「私のために走り回ってくれてありがとう」という意味がこめられています。



Eat イート イングリッシュ



今月は、食事のあいさつについて紹介します。

Looks delicious.

ルクス デリシャス

Let's eat!

レッツイト

「いただきます」

Thank you

タンキュ

for the delicious meal.

フォダ デリシャス ミウ

「ごちそうさま」

英語の意味は「おいしそうだね、食べよう」となります。「いただきます」の意味にそのまま当てはまるあいさつはありませんが、家庭によっては、神様に感謝のお祈りをしてから食べるところもあります。

