

10月給食だより

実りの秋、食欲の秋というように、色々な食べものが収穫されて、おいしく食べられる季節です。また、疲れもでてくる時期でもあるので、しっかり食べて、睡眠をし、元気にすごしましょう。

★世界の料理～ブラジル～

9月は、ブラジル料理の「プッシュェーロ」ができました。

ブラジルは、日本からみると、地球のちょうど反対側にあります。世界でも5番目に大きい国だそうです。

プッシュェーロは、「深いなべ」という意味があり、ブラジルの南のほうでよく食べられている家庭料理です。肉、野菜、豆類が入る料理で、いろいろな食材を1つのなべで煮込んで作る様子から、「ごった煮」ともいわれています。

給食では、豚肉とウィンナー

にんじん、玉ねぎやじゃがいも、

キャベツ、トマトなどのたくさん

の野菜に大豆が入った肉の旨味と

野菜の甘味のおいしいスープです。



★エプロンシアターをしました！

1年生では、食べものには、みんなの体をつくって丈夫にしてくれたり、体を動かす力になったり、病気から体を守ってくれる働きがあるので、好ききらいしないで、なんでも食べることが大切という話をしました。エプロンシアターにでてきた、おひめさまとおうじさまの好きなたべものをみて、どちらの方が、毎日元気に過ごせるのかなと考えました。

子どもたちは、今日から自分の頑張りたいことを決めました。嫌いなものでも1口食べるなど、今日から挑戦できることを目標にしていました。



2年生では、野菜を食べると、病気から体を守ってくれたり、目の働きをよくしてくれるなど、野菜の6つのひみつについて学びました。1日に食べてほしい野菜の量を、実物の野菜で見てもらったり、手ばかりで確認をしたところ多いという意見もありましたが、その量は毎日食べていると思うという意見もありました。これからも野菜を食べて、元気に学校にきてもらいたいです。