

2月号

給食だより

中野区立第三中学校
栄養教諭 二重作友美

2月の給食目標

楽しい雰囲気ですごす食事を楽しもう

給食時間に教室を見回っていると、ほとんどの人が楽しそうに会話をして給食を食べています。クラスによっては時折、準備やマナーの点で課題が見受けられます。一人ひとり、下記の給食の振り返りを行っていきましょう。



節分メニューは2月1日です。

給食時の振り返り

- 給食準備中に大声で走り回っていませんか？
- 給食当番の配膳準備に協力していますか？
- 食事中はマナーを守っていますか？
- 相手が嫌がることを言っていないですか？
- 食事に見合った内容の会話ができますか？
- おかわりは、言い争いにならないよう仲良く分けていますか？

世界の料理を知ろう

豊かな国際感覚を育むため、三中では世界の料理を献立に取り入れています。2月は中国料理です。中国在住経験のある保健給食委員〇年〇組 〇〇さんにインタビューをしました。

中国料理の特徴や思い出を教えてください。

〇〇： 日本ではたいてい一人ひとりの皿に料理を盛りますが、中国だとほとんどの場合、大きな皿に盛り、複数が囲んで食べます。人数を多少変更しても、その場で簡単に調節できます。中国料理に比べると和食は量が少ないと感じます。和食は少量でおいしいものを出し、すべての料理を食べてもらう事が前提です。逆に、中国料理ではお客さんに余るくらい提供し、お腹一杯になってもらうことがおもてなしです。皿が空っぽになると、もしかしたら足りなかったのかなと心配してしまいます。

マナーについても違いがあります。日本では箸を横に置きますが、中国では縦に置きます。中国では箸を横に置くと、「お腹一杯になった」という意味になります。中国では「乾杯」と言った時は、その人は飲み物を全部飲まなければなりません。それは杯をかわすという意味があります。

中国料理は2月6日(火)です。お楽しみに。

保健給食委員会では「給食で出た世界の料理」をポスターをまとめました。1, 2年生玄関前の食育掲示スペースに掲示しました。ぜひご覧ください。

