



かんしゃ た 感謝して食べよう

わたしたちのもとに食事が届くまでには、たくさんの命とたくさんの人がかかわっています。

感謝の気持ちをわすれずに、食べることを大切にしていきましょう。

「ありがとう」のきもちを つたえるには？

食事のあいさつだけでなく、感謝のきもちを
つたえるには どんな方法があるのかな？

ぜんぶ きれいにもりわける

あじわって たべる

すききらいせず たべる



のこさず たべる

たべたかんどうを つたえる

きれいに かたづける



★給食の時だけではなく、お家の食事でも心がけたいですね！ひとりひとりが、できることをさがしてみましょう！



かんしゃ た 感謝して食べよう

「じわもん」とは、金沢の方言で地元でとれた食べもののことです。

地元でとれる食べものに感謝の気持ちをこめて、食べられるといいですね。



1月26日に登場する「じわもん給食」の紹介♪

★食べてみ！うまみたっぷり
ぶりの塩こうじ焼き

今が旬のぶりに塩こうじの発酵調味料を使うことで、魚のうまみが引き出されています。



★おいしいやろ～
さつまいも and りんご in
加賀棒茶マフィン

ゴロっとしたさつまいもとりんごが入り、食べ応えのあるデザートです。

加賀棒茶の香ばしい香りと、しっとり優しい甘さが口いっぱいに広がります。



★気分すっきりお口さっぱり
ゆず香る大根なます

金沢では、「浅川地区」でゆずがたくさん作られています。ゆずのさっぱりとした味が大根にぴったりありますよ♪



★体があつたまるよ！
じわもん野菜たっぷり
パワー無限大～けんちん汁

地元でとれた野菜をたっぷり使い、今が旬の野菜のうまみが、けんちん汁にしみこんでいます。しょうがを入れて、体を温め、めんえき力がアップするようなけんちん汁です。