



# めしあがレター No.8

\* 給食委員さん、皆に伝わるように大きな声で読んでください。

\* 5月の給食目標「気持ちのよいあいさつをしよう」

<p>5月 27日 (月)</p>	<p>市総体で 勝つサンド 牛乳 クラムチャウダー 海藻サラダ</p>	<p>今日は市学校総合体育大会の壮行会でしたね！「勝つサンド」で皆さんの活躍を応援します★アスリートたちは普段から、栄養士に相談してパフォーマンスの上がる食事を取り入れています。特に試合の3～4日前は、ごはんやパンや麺や果物を多めに食べる食事方法を取り入れています。食事もしっかりとって、日頃の練習の成果を発揮してきてください！</p>
<p>5月 28日 (火)</p>	<p>岩槻ごはん 牛乳 生揚げとうずら卵 の甘酢煮 春雨サラダ 抹茶プリン</p>	<p>今日の「めしあがレター」は数学の岩本先生からです。給食には数学がたくさん使われています。昨日のクラムチャウダーに入っている玉ねぎ。1人分はどの位でしょう？加えて全校生徒分で何個必要でしょう？これら全部計算されています。他にも中学生が必要な栄養などあらゆるところで計算が使われています。これら全部「関数」です。計算つくされた給食、数学ができるようになるためにもおいしく食べてください。</p>
<p>5月 29日 (水)</p>	<p>山型食パン 牛乳 チョコクリーム 新じゃがグラタン さいたま市産 小松菜のサラダ フルーツミックス</p>	<p>今日の「めしあがレター」は英語の〇〇先生からです。「いただきます」「ごちそうさま」を英語で何と言うかわかりますか？正解はそのような言葉は英語では存在しません。作ってくれた人に感謝するフレーズはありますが、日本のようなお決まりのフレーズはありません。食事を作ってくれた方、食材を提供して下さった業者や生産者の方々など、様々な人に向けて感謝を伝える日本独自の文化を大切にしましょう。</p>
<p>5月 30日 (木)</p>	<p>山菜おこわ 牛乳 いかの かりん揚げ 白玉だんご汁</p>	<p>何からできているでしょうクイズです！ 第1問：今日の汁に入っている白玉だんごは何からできているでしょう？…答えはもち米です。第2問：マカロニは何からできているでしょう？…答えは小麦です。第3問：コーンフレークは何からできているでしょう？…答えはとうもろこしです。</p>
<p>5月 31日 (金)</p>	<p>青菜とえびの ピラフ 牛乳 チキンのコーン フレーク焼き ミネストローネ</p>	<p>給食室前に「You are what you eat」と英語で大きく書いてあるのに気が付きましたか？日本語に訳すと「あなたは、あなたが食べたものでできている」です。皆さんの体、骨や筋肉や髪の毛の1本まで、全てあなたが今まで食べたものでできています。おいしい、おいしくないもちろん大切ですが、自分の体のことも考えて食べることができる能力も今のうちから、ぜひ身に付けてほしいと思っています。</p>