

# びびん...愛

R2年9月18日  
土居中学校  
食育だより「号外」  
テーブルマナー編  
文責：栄養教諭

前回もお知らせしましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により、需要が少なくなった愛媛県産の牛肉を9～11月の計3回、学校給食に提供していただくことになりました。

第一弾はステーキです。黒毛和牛の伊予牛「絹の味」を使います。このような機会であれば、給食では、食べられないようなお肉です。お楽しみに！

## テーブルマナーとは？

→食を共にする全ての人が、楽しく、気持ちのいい時間を過ごすために身に付けておくべきこと。



## テーブルマナーを身に付けよう



主菜が手前に来るように配膳する

- ★背筋を伸ばして、いい姿勢で食べましょう。
- ★ポタージュは、音を立てて食べないように気を付けましょう。
- ★洋食では、スープ類はお皿を持たずに食べるのが基本です。(給食では、持ってもよい。)
- ★洋食では、主菜(メインディッシュ)を手前、付け合わせは奥にします。給食では、配膳表のとおり、ステーキを手前、野菜ソテーを奥に置きましょう。

コロナ禍で、体育祭など厳しい制限があっても、前向きに取り組むみなさんに学校給食で笑顔になってもらいたいという思いです。たくさんの方々のご尽力によって、いよいよステーキの登場です！



土居学校給食センター所長

## ステーキを上手に食べよう！

テーブルマナーを学ぶために、今日の給食にはカトラリー(ナイフとフォーク)を付けています。

◎カトラリー・・・洋食用の食器の中で、ナイフやスプーン、フォークなど、食べるときに使うもの。

※以下は、右利きの人用です。左利きの人は、左右逆にしてください。

- ①まず、右手にナイフ、左手にフォークを持ちましょう。
- ②ステーキは、左から一口サイズに切り分けていきます。
- ③フォークは、持ち替えずに左手のまま口に運びましょう。



ナイフは、押すときに切ることができます。押すときに力を入れて、引くときに力を抜きましょう。

### 食事の途中↓



★食事の途中にナイフとフォークを置くときには、お皿の上でハの字にさせます。※フォークの先は下向き

### 食事の終わり↓



★食事が終わったら、ナイフとフォークをそろえてお皿の右下へ置きます。※フォークの先は上向き