

令和8年6月1日 月曜日

★牛乳

★ポップビーンズ

お箸名人
チャレンジWeek①



★★★ビビンバ
☺️八王子産にんにく、小松菜使用

★わかめスープ
☺️八王子産長ねぎ使用

八王子市教育委員会 八王子市学校給食センター元八王子

肉を切り干し大根でボリュームアップ



豚肉

切り干し大根



豚肉と切り干し大根を一緒に煮て、
うまみを浸み込ませました 🍷

お箸名人 チャレンジWeek

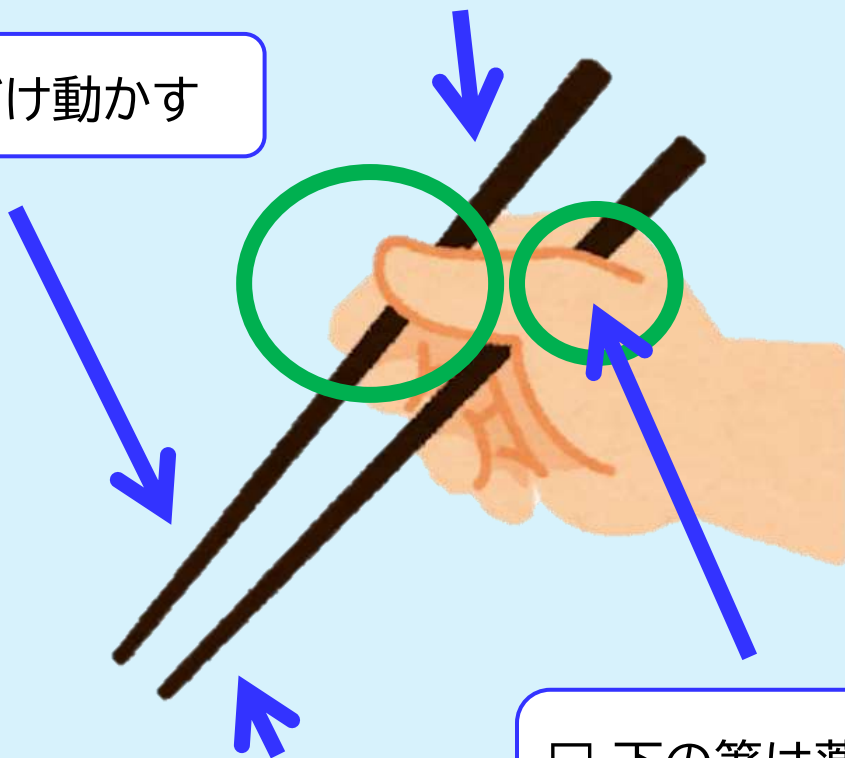
1日目「豆をつまむ」



箸の持ち方

□ 上の箸は3本の指で持つ
鉛筆の持ち方と同じ！

□ 上の箸だけ動かす



□ 下の箸は動かさない

□ 下の箸は薬指と
親指の付け根にある

豆をつまむ

正しい箸使いができるようになると、手先が器用になったり、頭の回転がはやくなったりすると言われています。

今日の大豆のような小さな豆もつまめるように、箸を正しく持って、正しく動かせるように練習しましょう！

