

令和8年6月4日 木曜日

★牛乳

お箸名人  
チャレンジWeek③

★有機ズッキーニのサラダ  
☺️八王子産ズッキーニ、キャベツ使用

★厚焼き卵  
☺️八王子産玉ねぎ使用



★菜飯

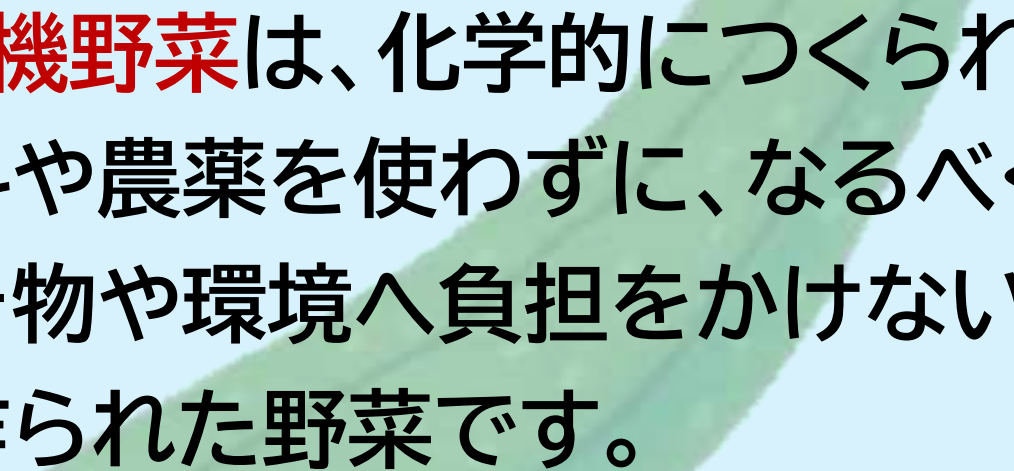


★野菜スープ  
☺️八王子産玉ねぎ、キャベツ、じゃがいも使用

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

# 有機ズッキーニ

**有機野菜**は、化学的につくられた肥料や農薬を使わずに、なるべく生き物や環境へ負担をかけないように作られた野菜です。



## 有機ズッキーニ

八王子市の「学校給食畑」では、給食で使う有機野菜を育てています。去年の12月には、有機かぼちゃを食べましたね。今日は有機ズッキーニをいただきます！

# 有機ズッキーニ



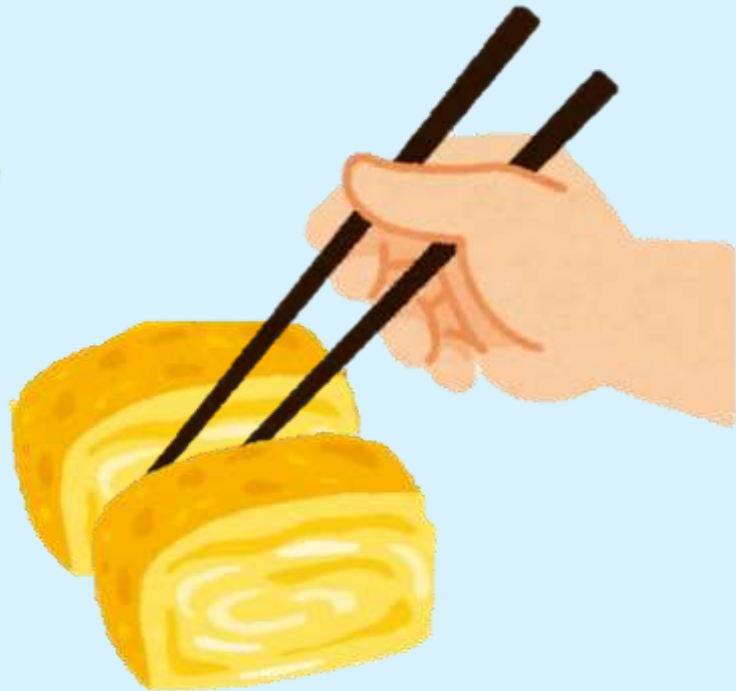
有機ズッキーニのサラダ

緑と黄色の  
新鮮な  
ズッキーニ  
でした！



# お箸名人 チャレンジWeek

## 3日目「切りさく」



# 切りさく

箸で食べ物を刺して食べるのは、「刺しばし」(突きばし)という行儀の悪い食べ方です。

箸はナイフの代わりにもなり、食べ物を切りさくことができます。

厚焼き卵を、箸でひとくち大に切って食べましょう！



# お箸のサイズを 測ってみよう！



使いやすい箸の長さは、図中の「咫(あた)」の長さの1.5倍とされています。

ぴったりのサイズではなくても、 $\pm 2\text{cm}$ 程度の誤差であれば問題はありません。



親指と人差し指の角度は  
90度