



「いただきます」「ごちそうさま」



みなさんは、食事のあいさつをされていますか？

毎日の食事のあいさつである「いただきます」と「ごちそうさま」は、たくさんの人が関わり、食卓に食事が並んでいるということに感謝の気持ちを表すための大切な言葉です。食事のあいさつを欠かさないようにしましょう。

🍙 「いただきます」とは 🍙

料理を作ってくれた人、食材を販売している人、流通に関わる人、生産者など、食べ物が口に届くまでに関わったすべての方々への感謝の気持ちや、食材そのものの命をいただくことへの感謝の気持ちを表す言葉。

🍙 「ごちそうさま」とは 🍙

「ごちそうさま」に含まれている「馳走(ちそう)」という言葉には、馬を駆って走らせるという意味がある。食事を用意するために走り回り、もてなしたことに対するお礼の言葉。

★こども園 おすすめおやつ コーンポタージュトースト★

＜材料＞(食パン約半斤分)

- ・食パン(園では6枚切り)・・・半斤
- ・クリームコーン缶・・・50g
- ・コーン缶・・・20g
- ・粉チーズ・・・大さじ2杯
- ・マヨネーズ・・・大さじ1杯
- ・コンソメ・塩・乾燥パセリ・・・少々

＜作り方＞

- ①鍋にクリームコーンを入れ、加熱して水分を飛ばし、コンソメ、塩を加える。
- ②コーン、粉チーズ、マヨネーズを入れてよく混ぜ、冷ましておく。
- ③②を食パンに塗り、その上に乾燥パセリを振る。
- ④150℃に予熱したオーブンで、③を8分くらい焼いて出来上がり。

