

西洋料理のテーブルマナー

席入り

テーブルと身体の間は
握りこぶし1個半～2個



小さいバッグは背中の上るか、ひざの上に
大きいバッグは椅子の右側に

ナプキン

- ・ 食事の途中に口元や指先を拭くもの
- ・ オーダーの後、もしくは乾杯の後に、
半分に折ってひざの上にかける。
- ・ 食事の途中で席を立つときは
軽くたたんで椅子の上に。
- ・ 退席するときは
テーブルの
左に置く。



グラス

- ・ 飲み物が注がれるときは
テーブルに置いたまま。
- ・ 乾杯はグラスを胸の高さに挙げて、
目を合わせて軽く頭を下げる。

SAMPLE

ボウル

ステム



カトラリーの持ち方と姿勢

- ・ ナイフ、フォークは外側から使う
- ・ ナイフ、フォークは握り込まず、人差し指を背に添えて軽く持つ。
- ・ 背筋を伸ばし、フォークを口元に近づける。



食事の途中

食べ終わり



- 床に落としてしまったら自分で拾わず、
レストランスタッフに頼んで
新しいものをもらう

食べ方

前菜

- ・手前から時計回りに食べ進める。

スープ

- ・スプーンで口に注ぐ。
- ・持ち手の付いた
 ブイヨンカップは
 持ちあげて飲んでもよい。



パン

- お皿の上でひと口にちぎる。
- バターはひと口分だけ、その都度つける。
- パンくずはそのままにしておく。



魚料理

- ・ 小骨が口に入ったら、手やナプキンで口元を隠してフォークの上にそっと出す

前菜用ナイフ

スプーン

魚用ナイフ
(フィッシュナイフ)

肉用ナイフ
(テーブルナイフ)



肉料理

- ・ひと口食べるごとに切っていただく。
- ・付け合わせも、ほぼ同時に食べきるよう
バランスよく交互に進める。



デザート・コーヒー

- ・ぶどうなどの果物は、
手で食べてもよい。
- ・コーヒーのスプーンを
使った後は
カップの向こう側に置く



中国料理のテーブルマナー

回転テーブル

- 料理を取ったら、時計回りに回す。
- おかわりの場合は近い方向に回してもよい。
- 料理を取る時に立ちあがらない。
- 回転台の上には、自分の使った皿や箸、グラスを置かない。



食器

- 皿は持ち上げず、
テーブルに置いたまま食べる。
- 一つの料理に一つの取り皿を使い、
料理の味が混ざらないようにする。
- れんげは、持ち手の溝に人差し指をあて、
親指と中指で挟むように持つ。
- れんげの先から
口に注ぐようにして
いただく。



立食パーティーのマナー

決まった席が無い

- ・列席者と出会い、会話を楽しむための**演出**

テーブル

- ・お皿やグラスを一旦置くもの

椅子

- ・疲れた時や、高齢の方が少し休むためのもの

手荷物

- ・大きなバッグはクロークへ
- ・会場には小さめのバッグを

ひとつだけ持ち込む

料理

- フルコースの順番で頂く
（前菜、魚料理、肉料理、デザート）
- 他の人のために余分に料理を取らない
- 自分が食べられるだけの量をきれいに盛りつける



食器

- ・ 利き手でカトラリー（フォーク）、
反対の手でグラスとお皿を持つ



今回のまとめ

- ・ 食事はコミュニケーションの場
会話も大切に
- ・ マナーを心得て、
心にゆとりを持って
料理を楽しんで

