

給食だより

R2.11.13
台東区立駒形中学校

NO. 2

11/16日(月)～11/30(月)



今月は、「勤労感謝の日」や「和食の日」があります。こうした日を迎えるにあたって、動植物などの自然の恩恵への感謝と共に、生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちを改めて考えてみましょう。

感謝を込めて食事のあいさつをしましょう

11月23日は
勤労感謝の日



食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」をきちんとしていますか？

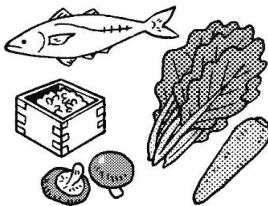
「いただきます」という言葉には、わたしたちが生きていくために、ほかの動物や植物の命をいただいていることから、命をいただきありがとうございますという意味が込められています。また、「ごちそうさま」には、食事をつくるために食材を育てたり、料理をしたり、駆け回っていただき、ありがとうございましたという意味が込められています。食事のあいさつは心をこめてするようにしましょう。



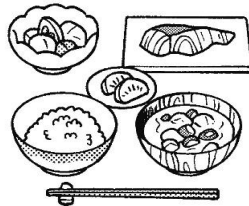
11月24日は 和食の日

平成25年に「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコの無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産とは、芸能や伝統工芸技術などの形のない文化のことです。和食の特徴は以下の4つです。みんなで受け継いでいくことが大切です。

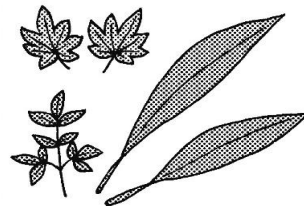
1 多様で新鮮な食材と
その持ち味の尊重



2 健康的な食生活を支
える栄養バランス



3 自然の美しさや季節
の移ろいの表現



4 正月などの年中行事
との密接な関わり



この日の給食は、えびや栗、きのこなどいろいろな食材が入った「吹き寄せごはん」、秋の味覚の代表である「さんまの塩焼き」、和食の味の基本となる「だし」を使った「おろし煮びたし」と「のっぺい汁」をつくります。和食の特徴を活かした献立になっています。和食の良さを感じながらおいしく食べましょう。

おいしいお米を食べよう！



11月30日の給食は、台東区の姉妹都市である宮城県大崎市のご好意でいただいた新米「ささ結」を使用した献立です。香りが豊かで、粒がふっくらとして、冷めても固くなりにくいのが特徴です。農家の方が大事に育ててくれた気持ちがつまったおいしいお米です。楽しみにしててください。



* 毎日の食材の産地は、給食黒板横に掲示しています。
* 果物以外は、全て加熱しています。
* 行事・その他により、献立を変更する場合があります。

