11月給食だより

平成26年11月1日
練馬区立向山小学校

朝夕の冷え込みがきびしくなってきました。季節の変わり目は、気温の変化から体調をくずしやすくなります。外から帰った時、食事の前には、必ず手洗いとうがいを行いましょう。また、風邪の予防には、バランスの良い食事と適度な運動、しっかり睡眠をとること、そして服装に気をつけることも大切です。

そこで、11月は、『風邪予防の５つのポイント』について特集します。

<9月25日から10月20日までの使用食材産地>

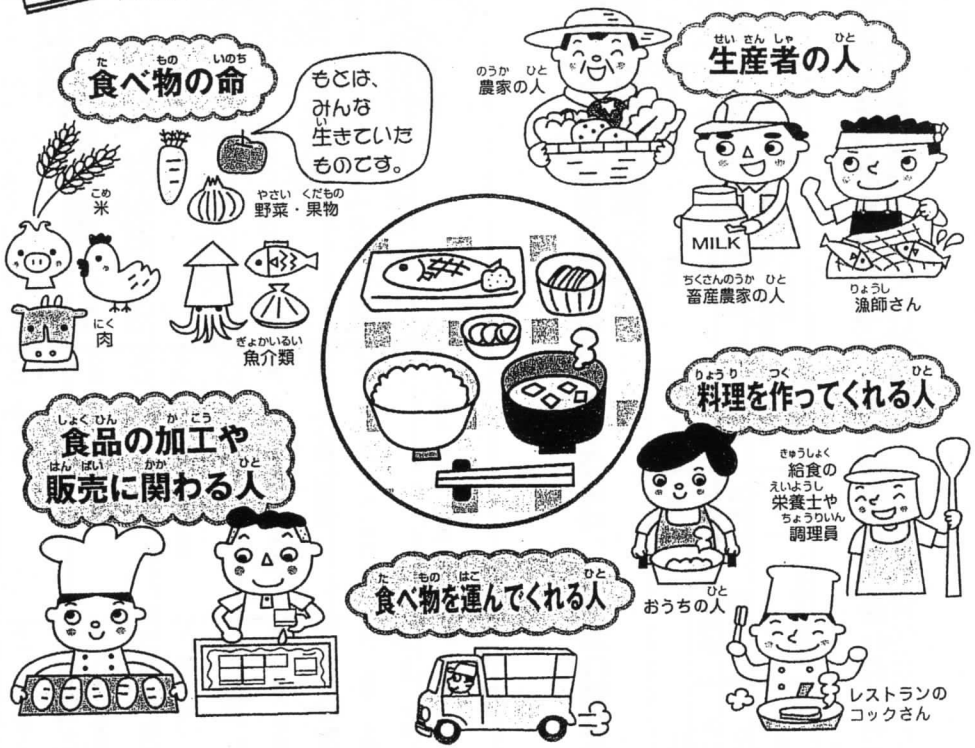
北海道・・ｼﾞｬｶﾞｲﾓ、玉ねぎ、人参、みそ、大根、春雨、ﾊﾞﾀｰ　山形・・ねぎ
青森・・ﾆﾝﾆｸ、ﾘﾝｺﾞ、豚肉、ねぎ、ｷｬﾍﾞﾂ　岩手・・鶏ｶﾞﾗ、鶏肉
秋田・・いんげん　福井・・米粒麦　練馬区・・ｷｬﾍﾞﾂ　茨城・・さつまいも
長野・・ﾊﾞｾﾘ、春雨、白菜、しめじ、えのき、巨峰　静岡・・チンゲン菜
群馬・・ｺﾝﾆｬｸ、豆腐、牛蒡、ｷｬﾍﾞﾂ、白滝　千葉・・ﾏｯｼｭﾙｰﾑ　和歌山・・みかん
埼玉・・ｺﾝﾆｬｸ、きゅうり、ほうれん草、小松菜　栃木・・ｲﾝｹﾞﾝ、もやし　大根
愛媛・・筍、かつお節、里芋　愛知・・青のり　高知・・生姜　熊本・・豚肉
大分・・干ししいたけ　宮崎・・牛蒡、豚肉　ﾍﾞﾄﾅﾑ・・むきえび
パラグアイ・・ごま　アルゼンチン・・ホキ　北太平洋・・いか　ﾍﾞﾙｰ・・いか
ｲﾝﾄﾞﾈｼｱ・・ちりめんじゃこ　日本海近海（八戸）・・ぶり　ﾉﾙｳｪｰ・・ししゃも

学校給食費の徴収にご協力お願いいたします。11月の引き落とし日は、11月５日です。

感謝の気持ちを持って食事をしましょう。

11月23日

私たちの食生活は、食べ物の命と、食べ物を作ったり取ったりしてくれる人や、食べやすく加工や料理をしてくれる人など、たくさんの人に支えられて成り立っています。食事の際は感謝の気持ちを忘れずに、よく味わって、なるべく残さず食べましょう。



感謝の気持ちを表す「いただきます」と「ごちそうさま」

いただきます

…には、「私の命をつなぐために、生き物の命を「いただきます」」という意味が含まれています。

ごちそうさま

…は、漢字で「ご馳走様」と書き、「馳走」は「走り回る」という意味です。「この食事を作るために、食べ物を育てたり、集めたり、料理をしたり、あちこち走り回っていただき、ありがとうございました」という意味が含まれています。

<10月6日の休校時の給食代金返金について>

10月6日の休校にて牛乳のキャンセルのみ手配することができました。キャンセルに伴い返金の対象となりましたが牛乳の返金分を11月12日のくだものをつけさせていただきます。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

尚、11月12日のくだものは、みかんを予定しています。

早寝早起き朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」
運動シンボルマーク