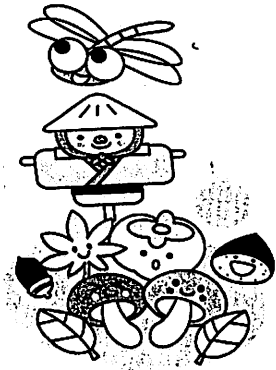




11月給食だより

平成 29 年 11 月 1 日
練馬区立向山小学校

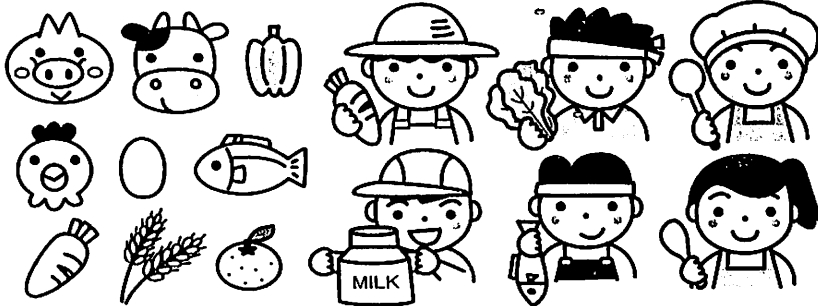
校庭の木々の葉が赤や黄色に色づき、秋の深まりを感じます。
これから寒さが本格的になりますのでしっかり食べて体力をつけ、
かぜをひかない丈夫な体をつくりましょう。さて、11月23日は、
勤労感謝の日です。この日はもともと「新嘗祭」(にいなめさい)という
農作物の収穫に感謝するお祭りが行われた日でした。今年もたくさんの農作物
が収穫されたことに感謝し、食べ物を大切にしましょう。



「いただきます」と「ごちそうさまでした」

私たちが普段何気なく食べている物は、肉や魚に限らず、米や野菜などももとはみんな
生きていたものです。また、食事ができあがるまでには農産物を作る人、魚をとる人、食べ物を
運ぶ人・販売する人、料理を作る人など、多くの人に関わっています。感謝の気持ちを込めて
「いただきます」と「ごちそうさまでした」のあいさつをし、なるべく残さずに食べましょう。

食べ物の命・食事ができあがるまでに関わる人たち



感謝の気持ちを
忘れずに...



ありがとう

<給食一口メモ>

パスタ



スパゲッティ

マカロニ

イタリア料理でおなじみのパスタは、小麦粉(主にデュラム・セモリナ)を原料としためん類の総称。さまざまな太さや形のものがあり、その数 300 種類以上といわれます。イタリアでは、13 世紀ごろから作られていたという記録があり、イタリアから日本に伝わったのは明治 28 年、生産が始まって一般に普及するようになったのは昭和 30 年ごろとされています。日本では細長いめん状のロングパスタを「スパゲッティ」、3~5cm 程度の筒状やツイスト状のショートパスタを「マカロニ」と呼び、主食として食べるほか、グラタン、サラダ、スープなどいろいろな料理につかわれます。ラザニヤやニョッキもパスタの仲間です。給食でも 11 月 14 日に「ペンネソテー」でパスタが登場します！お楽しみに！

いろいろなパスタ



カベッリーニ

ちよつぱい ぜんご
直径1mm前後
ごくほそ
の極細めん



タリアテッレ

はば ぜんご
幅5~10mm前後
ひら
の平めん



ペンネ

りょうし させ
両端をペン先のように
ななめにカットしたもの



ツイスト

かた
らせん形
かた
(ねじり形)



ファルファッレ

かた
チョウの形

日本の食文化を見直そう



平成25年12月に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録決定されました。それを受けて“「和食」文化の保護：継承国民会議」では、「いい日本食」語呂合わせから11月24日を日本食文化について見直し、「和食」文化の保護・継承の大切さについて考える日として「和食」の日と制定しました。11月の給食献立にもいろいろな「和食」を取り入れています。

◆日本の食文化「和食」の特徴◆

<p>◆多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重</p>  <p>新鮮</p>	<p>◆栄養バランスに優れた健康的な食生活</p>  <p>健康的</p>
<p>◆自然の美しさや季節の移ろいの表現</p>  <p>季節感</p>	<p>◆正月などの年中行事との密接な関わり</p>  <p>行事</p>

<9月19日～10月10日までの使用食材一覧>

- ◇ 北海道・・・人参、じゃがいも、玉ねぎ、大豆、バター、グリルピーズ、ホールトマト、鮭、大根
- ◇ 青森・・・にんにく、ごぼう ◇岩手・・・鶏ガラ、鶏肉、豚肉、いんげん
- ◇ 山形・・・ねぎ、油揚げ、なめこ ◇秋田・・・米、いんげん
- ◇ 宮城・・・豆腐 ◇栃木・・・もやし、油揚げ、たまご、梨 ◇東京・・・ほうれん草
- ◇ 長野・・・白菜、しめじ、えのき、みそ、パセリ、鶏ガラ、セロリー ◇神奈川・・・豆腐、チーズ
- ◇ 群馬・・・きゅうり、キャベツ、ごぼう、こんにゃく、まいたけ、豚骨 ◇埼玉・・・小松菜
- ◇ 茨城・・・小松菜、にら、豚肉、鶏肉、たまご、さつまいも、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン
- ◇ 千葉・・・マッシュルーム、油揚げ ◇愛知・・・トマトピューレー ◇静岡・・・鯉節、切り
- ◇ 愛媛・・・たけのこ、鯉節、里芋、ひじき ◇高知・・・しょうが ◇佐賀・・・もち米
- ◇ 大分・・・干しいたけ ◇鹿児島・・・鯉節 ◇宮崎・・・ごぼう、鶏肉 ◇熊本・・・豚肉
- ◇ ベトナム・・・むきえび ◇アラスカ・・・めばる ◇ノールウェー・・・ししゃも
- ◇ インドネシア・・・ちりめんじゃこ ◇パラグアイ・・・ごま ◇オーストラリア・・・チーズ

学校給食費の徴収にご協力をお願いします。

11月の引き落とし日は、11月6日(月)です。