



わ しょく み なお

「和食」を見直そう!



「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産に登録されていることをご存じですか？ ここでいう「和食」とは、ただ単に料理のことだけではなく、日本の豊かな自然や気候風土のもとで育まれてきた「自然の尊重」という精神に基づく食文化です。近年、ライフスタイルなどの変化により、この食文化が失われつつあることから、その価値を見直し、国民全体で保護・継承していく必要があります。給食では、ご飯を主食とした和食の献立を中心に、行事食や郷土料理を取り入れるなど、子どもたちに伝統的な食文化を伝えています。



まめ ごま わかめ やさい 魚 しいたけ いも (海草) (きのこ類)

和食を支える食材の、頭文字をとって「まごわやさしい」といいます。これらを組み合わせて作る和食が体に良いとされています。

おも やさい さんち がつ 主な野菜の産地 10月

にんにく	あおもりけん 青森県	ごぼう	あおもりけん 青森県	ピーマン	いばらきけん 茨城県
たまねぎ	ほっかいどう 北海道	小松菜	ねりまく 練馬区	ねぎ	やまがたけん 山形県
じゃが芋	ほっかいどう 北海道	れんこん	いばらきけん 茨城県	かぼちゃ	ほっかいどう 北海道
人参	ほっかいどう 北海道	大根	ほっかいどう 北海道	キャベツ	ねりまく 練馬区

お知らせ

5年生は10月にお米の収穫をしましたね。給食のお米は11月1日から新米になります。向山小学校は、青森県産の「まっしぐら」というお米を使っています。つやつやの新米、楽しみですね。

11月の給食しょうかい

- 1日 旬の果物で柿が登場します。
- 4日 「スーミータン」は、卵入りの中華風コーンスープのことです。
- 8日～12日 3年生の国語で「姿を変える大豆」という勉強をします。それに合わせ、給食では、姿を変える大豆週間として大豆製品を紹介する給食を作ります。
- 17日 練馬区一斉給食の日です。区内産のキャベツを使った献立です。
- 19日 世界の料理⑦ 今日は、イギリス料理です。
- 24日 11月24日は、和食の日とされています。給食でも、「まごわやさしい」和食給食を作ります。

世界の料理 ⑦ イギリス



シェパードパイは、大人気の物語、「ハリーポッター」シリーズの「秘密の部屋」というお話の中で、ホグワーツ魔法魔術学校の食事に登場します。イギリスの家庭料理で、ミートソースの上に、マッシュポテトをのせて焼いたものです。イギリスの子どもたちも大好きな料理です。



「ハリーポッター」シリーズは向山小学校の図書室にもあります。きょうみのある人は読んでみてください。



今月の給食費の引き落としは 11月15日(月)です。12日金曜日までに口座への入金をお願いします。