

11月 給食だより

木々の葉が赤や黄色に色づき、秋も深まってきました。

11月23日は「勤労感謝の日」です。この日はもともと「新嘗祭」といって、農作物の収穫に感謝する行事が各地で行われた日でした。新型コロナもあった今年は、私たちの生活を支えるため、社会のさまざまな場所で毎日一生懸命働く人たちにあらためて感謝の念が深まった年だったと思います。収穫された農作物と働く人たちへの感謝の気持ちを忘れずに、毎日の食事を大切にいたしましょう。

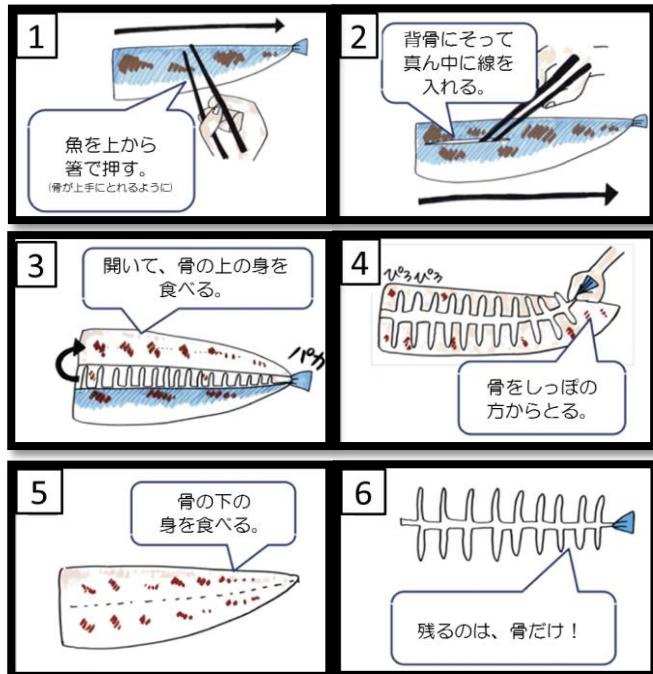
11月11日 ねり丸キャベツ斉給食

冬キャベツが旬を迎える季節になりました。練馬区は、都内キャベツ生産量No.1です。11月11日には、練馬区の農家さんから区内全小中学校にねり丸キャベツが無償提供されます。上北小では、冬キャベツの甘味を感じられるポトフを提供します。届けてくれる農家さんに感謝をさせていただきます。



魚をきれいに食べよう

魚が美味しい季節です。11月26日は、さんまの塩焼きを提供します。魚をきれいに食べられるよう練習してみましょう。



11月9日～20日 読書瞬間

本に関連した料理が給食に登場します。お楽しみに♪

ひにち	本の名前	給食
9(月)	「おおきなかぶ」	かぶのサラダ
10(火)	「じゃがいもポテトくん」	コロッケ
12(木)	「精霊の守り人」	のぎやのとりめし
19(木)	「ヒロシマ 消えた家族」	広島県献立
20(金)	「ルルとララのスイートポテト」	スイートポテト

新米食べ比べ週間を終えて

10月16～22日に、様々な品種の新米を味わいました。食べ比べようとする、自然と『味は？食感？』と考えながら、よく噛んで食べます。そして次の日の給食では、前日の味を思い出しながら食べなければいけません。味覚だけではなく、頭も使いながら集中して食べるよい機会になったようです。『ご飯が好きになった！』

『よく噛んだら甘いね！』等様々な感想がありました。新米は収穫した年の12月31日までです。今しか食べられない旬の味覚を楽しみましょう。



今月の給食より

*11/6 (金) いい歯の日 かみかみ献立

11月8日は「118」のごろ合わせから、いい歯の日です。よく噛んで食べると、消化が良くなったり、頭の働きが活発になったりします。最近は柔らかいものが人気で、よく噛んで食べる機会が少なくなっています。噛み応えのあるものを積極的に食べて、歯と口の健康を守りましょう。

*11/14 (土) 七五三【お赤飯】

11月15日は、七五三です。七五三とは、子供の成長をお祝いする行事です。給食では、お赤飯でお祝いをします。



*11/16 (月)～18 (水) 姿を変える大豆週間

3年生は、国語の学習で「姿を変える大豆」を学んでいます。給食では、大豆から変身した様々な食材を使います。



11月の産直食材

- ★東京都練馬区より 味噌 (花屋三郎右衛門)
- ☆埼玉県行田市より 七分付き米
- ☆和歌山県紀ノ川より みかん