



# 11月給食だより

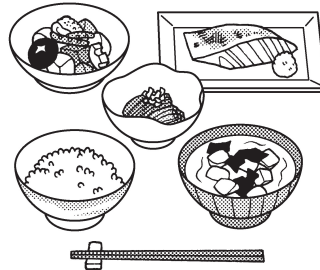


令和3年11月  
練馬区立  
石神井西中学校

校庭の木々の葉も少しずつ色付いてきて、秋の深まりを感じます。昼夜の寒暖差も徐々に大きくなり、服装の調節が難しい季節です。体調管理にはくれぐれも気をつけましょう。

## <11月24日は「和食の日」>

11月24日は、<sup>1</sup>い<sup>1</sup>日<sup>2</sup>本<sup>4</sup>食という事で「和食の日」です。和食はユネスコ無形文化遺産に登録され、世界からも注目されています。和食は、米を主食として、魚や肉、野菜、海藻、豆類などの様々なおかずを組み合わせる食文化です。日本が長寿国である理由は、栄養バランスの良い優れた食事内容にあると評価されています。本校の給食でも11月24日の給食は「麦ごはん」・「さばの味噌煮」・「おひたし」・「うすくず汁」の伝統的な和食の献立を出します。



## ～お知らせ～

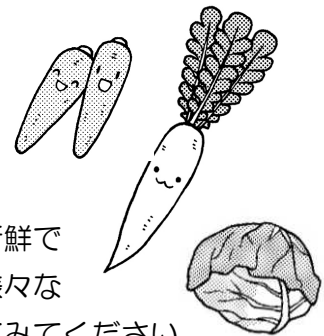
今年度で15回目となる「自分で作る朝ごはんコンクール」の各校代表作品が、11月19日～30日の正午まで区役所アトリウムにて展示されます。どれもアイデアに満ちた作品ばかりです。ぜひご覧ください。



## <11月10日は練馬キャベツ一斉給食>

練馬区の事業で、区内の全小中学校で一斉に練馬産のキャベツを使用した給食を提供します。本校ではたくさんのキャベツを味わえる回鍋肉を出す予定です。

11月～12月はキャベツのほかにも大根や里芋など様々な野菜が練馬区で収穫される季節です。地域で生産されたものをその地域の人が消費する「地産地消」は新鮮でおいしいものを食べられること・地域の食文化を守ること・エネルギーの削減など様々なメリットがあります。ぜひご家庭でも近くの直売所やスーパーで地場野菜を購入してみてください。



## <10月分 主な使用食材の産地>

食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地
キャベツ	群馬	かぼちゃ	北海道	さつまいも	千葉	にら	茨城	大根	千葉
にんにく	青森	セロリ	長野	里芋	宮崎	小松菜	埼玉	白菜	茨城
人参	北海道	たまねぎ	北海道	ぶなしめじ	長野	ごぼう	青森	生姜	高知
じゃがいも	北海道	もやし	栃木	えのきだけ	長野	わけぎ	埼玉	長ねぎ	青森
きゅうり	群馬	むぎ粟	愛媛	ブロッコリー	北海道	柿	和歌山	りんご	山形
銀さわら	ニュージーランド	サケ	北海道	カジキマグロ	静岡	鶏肉	宮崎	豚肉	群馬
ししゃも	アイスランド	ぶり	長崎	ちりめんじゃこ	宮崎	いか	青森	精白米	秋田

## 今月の給食について

11月15日(月)～11月17日(水)は定期考査のため、給食はありません。また、11月19日(金)は1年生、11月26日(金)は2年生が校外学習に行くため、それぞれ給食はありません。



## 学校給食費の徴収にご協力ください！

11月の引き落としは、11月1日(月)・11月30日(火)の2回です。今年度最後の引き落としとなります。残高のご確認をお願いします。