

# 給食だより

平成30年度11月号 大泉第二中学校

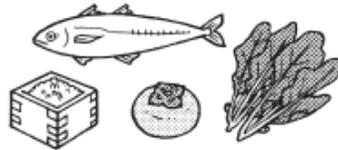


秋の深まりを感じる季節になりました。11月23日は勤労感謝の日です。わたしたちが毎日、安全でおいしい給食を食べることができるのは、たくさんの人たちのおかげです。給食を残さずおいしく食べて、感謝の気持ちをあらわしましょう。

## 守っていきこう！わたしたちの「和食」文化

### 和食文化の特徴

①多様で新鮮な食材と  
素材の味わいを活用



②バランスがよく、  
健康的な食生活



③自然の美しさの表現



④年中行事とのかかわり



和食文化の特徴は、①地域に根ざした多様な食材を用いて素材の味わいを生かす調理技術・調理道具が発達していることや、②一汁三菜を基本とする理想的な栄養バランスであること、③自然の美しさや四季を食事の場で表現すること、そして、④年中行事と密接にかかわっていることなどです。「和食：日本人の伝統的な食文化」は、ユネスコ無形文化遺産に登録されています。和食文化を知り、日々の食生活に取り入れて受け継いでいきましょう。

### 「第12回 自分で作る朝ごはんコンクール」結果発表

練馬区中学校教育研究会食育部主催「第12回 自分で作る朝ごはんコンクール」の結果が発表されましたので、お知らせします。今回は32校 4695作品の応募がありました。

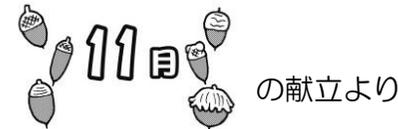
朝の限られた時間の中で簡単に調理ができ、栄養バランスのよい朝ごはんを工夫して考えている様子が伺え、どれも素晴らしいものでした。

大二中は、1年生2名が銅賞を受賞しました。

#### お知らせ

#### 「自分で作る朝ごはんコンクール」入賞作品展示

受賞された作品（金賞・銀賞・銅賞・特別賞）は、練馬区役所本庁舎1階アトリウムにおいて、11月23日（金）～11月30日（金）12時まで、展示されます。ぜひ、お時間をつくってお出かけください。



の献立より

◇2日（金）

しっぽくうどん・ポテトたこ揚げ

ポテトたこ揚げは2年ぶりに登場する人気メニューです！

蒸して潰したじゃがいもにベーコンや刻んだタコを入れて、丸く成形します。さらに衣をつけて揚げて作ります。

とても手間のかかるメニューですが、みなさんの楽しそうな様子を想像して一生懸命作ります！



◇19日（月）**食育の日**（毎月19日）

高菜チャーハン・太平燕・いきなり団子

毎年11月に熊本県では「八代妙見祭やつしろみょうけんさい」が開催されます。八代妙見祭の神幸行事はユネスコ無形文化遺産「山・鉾・屋台行事」に登録されています。

今月の食育の日は、このお祭りにちなんで**熊本県**がテーマです。

給食では、高菜ご飯をアレンジした**高菜チャーハン**、見た目はちゃんぽんのような**太平燕**、さつまいもとあんこを小麦粉の生地で包んで蒸した**いきなり団子**を作ります。

◇21日（水）**練馬区産キャベツ**

キムタクご飯・練馬区産キャベツしゅうまい・大根とわかめのスープ

練馬区では、「練馬の産物、食文化や食に関する歴史への理解や生産に携わる人々に感謝する心を養う」ために、全小中学校一斉に「練馬区産のキャベツ」を使用した学校給食を実施します。

大二中では、練馬区産のキャベツをたっぷり使って**キャベツしゅうまい**を作ります。自分たちが暮らす土地で収穫されたキャベツの味を楽しんでみてください。

### 練馬キャベツ

キャベツは練馬区の農業を代表する野菜です。区内の畑における作付け面積のトップを占めており、都内ナンバーワンの生産量となっています。

昭和初期まで練馬は大根の産地として有名でしたが、戦後はキャベツが生産の中心となりました。

#### <給食費納入について>

今月の引き落とし日は16日です。手数料が10円かかりますので、振り込む際は10円を足して振り込んでくださいますよう、お願い致します。

給食費はすべて食材費に充てられます。  
その他の光熱費・人件費等は都または区の予算で賄われています。

