令和８年度

# 11月給食だより

練馬区立小竹小学校

早寝早起き朝ごはん
運動シンボルマーク

秋も深まり、日中と朝晩の気温の差が大きくなりました。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付け風邪をひかない丈夫な体をつくりましょう。



11月23日は勤労感謝の日です。この日はもともと『新嘗祭』という作物の収穫に感謝する日でした。今年もたくさんの農作物が収穫されたことに感謝し、食べ物を大切にいただきましょう。

## 「ありがとう」を伝えよう!

## 11月23日は『　勤労感謝の日　』

食事の挨拶ってどんな意味があるの？



かかわった人や命への感謝が込められているよ



### 「いただきます」




食べ物は
もともと生きた
動物や植物の命です。
その命をいただくことへの
感謝が込められて
います。

生き物の命をいただくことへの感謝

### 「ごちそうさま」




漢字で
「ご馳走さま」と書き、
食事を用意する
ために駆け回ってくれて
ありがとうという
意味です。

食事を準備してくれた人への感謝

## ～今月の献立より～



・2日(月)～6日(金)　☆読書旬間コラボ献立☆

・9日(月)　☆かみかみ献立☆

11月8日『いい歯の日』にちなんで、
かみごたえのある食品を取り入れました。よくかんで食べましょう！

・11日(水)　きりたんぽの日

「きりたんぽ」は秋田名物で、つぶしたご飯を串に巻きつけて焼き上げたものです。
給食では、きりたんぽ汁を作ります。

・12日(木)　☆姿をかえる大豆献立☆

姿をかえた大豆がいろいろ入った献立です。見付けられるかな?!

・20日(金)　☆郷土料理(高知県)☆

19日の食育の日に合わせ、今月は高知県の料理を紹介します。
どろめ汁のどろめとは「しらす」のことです。

・25日(水)　☆秋の和食献立☆

“いい日本食”の語呂合わせから、11月24日が「和食の日」と制定されました。

・26日(木)　☆ねり丸キャベツ☆

練馬区で一斉に練馬でとれたキャベツを使って給食を作ります





11月から、お米が「新米」に変わります。品種は「岩手県産ひとめぼれ」です。

## ねり丸キャベツ(練馬キャベツ)の日　～練馬産キャベツが給食に登場～

11 月 26 日(木)に、練馬産キャベツを使用します。
小竹小学校では“ホイコーロー丼”の予定です。
練馬区は、23区の中で一番農地面積が広く、
中でもキャベツは主産品の一つです。
(使用するキャベツは、練馬区から提供されます。)




## 本と給食がコラボします

10月末から読書旬間です♪
10月に引き続き今月も
絵本給食登場します。



・2日(月):『精霊の守り人』よりタンダの作った「山菜鍋」

・4日(水):『まゆとおに』より大根汁。まゆのお母さんが作る大根汁です。

・5 日(木):二十四の瞳に登場する「きつねうどん」を作ります。

・6 日(金):パディントンはマーマレードが大好きです。マーマレードを使ってチキンをソテーします。