



「早寝早起朝ごはん」  
運動シンボルマーク



# 9月 給食たより

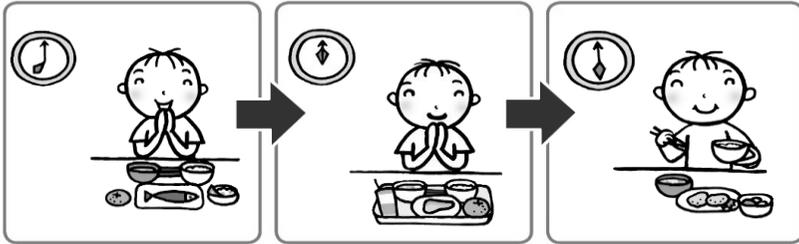
練馬区立豊玉東小学校

## 長かった夏休みも終わり、2学期が始まりました!

9月とはいえ、まだまだ残暑の厳しい日が続いています。夏の疲れが出る頃ですので、食事をしっかりとって、夜は早めに寝るようにしましょう。

さて、秋は実りの季節。お米をはじめ、さまざまな作物が収穫時期を迎えます。「食欲の秋」到来です。適度な運動も忘れずに美味しくいただきます。

規則正しい生活にもどす秘けつは、規則正しい食生活です!



農作物をお供えし、収穫を祝う“お月見”

### 十五夜

旧暦 8月 15日 「中秋の名月」

里いもが収穫される時期に当たることから、「芋名月」ともいいます。すすきや月見団子、季節の果物などをお供えし、里いも料理を味わいます。

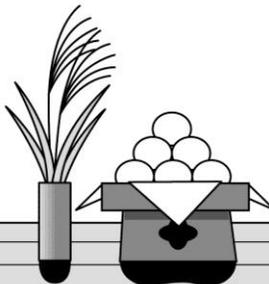
### 十三夜

旧暦 9月 13日 「後の名月」

十五夜の芋名月に対し、十三夜は「栗名月」や「豆名月」といいます。十五夜と同じように、すすきや月見団子などをお供えし、栗や豆を使った料理を味わいます。



きぬがつぎ



栗ごはん



えだまめ 枝豆



2018年の十五夜は9月24日、十三夜は10月21日です。

## 9月のこんだてより

今月は旬の茄子やあさり、鮭、さつまいも、ぶどうや梨などが登場します。

- ・10日 “9月9日重陽の節句” にちなみ『菊』を使ったごはんです。
- ・19日 “食育の日” オリパラ給食!! 今月はサッカーW杯の記憶も新しい『コロンビア』の料理をご紹介します。
- ・21日 “十五夜” にちなみ「月見団子」です。  
上新粉と白玉粉を使って一つ一つ給食室で丸めて作ります。  
十五夜は里芋をお供えすることから“芋名月”とも呼ばれます。  
芋名月にちなみ「里芋入りのうどん」です。



## 8月のきゅうしょくしつ

今年の夏休みに炊飯釜が新しく入れ替わりました。  
そして夏休みの間、給食室では消毒や釜点検など長期休業のときにしかできない作業を行いました。  
各クラスの配膳台や配膳台カバーも調理の方が洗ってくださいました。  
食器も傷んだものは入れ替えてあります。枚数に限りがありますので、割らないように注意して丁寧に扱ってほしいと思います。  
夏休み明けからも引き続き、安全・安心の給食を提供していきます。



9月は運動会の練習が始まります。  
走ったり、踊ったりとたくさんの体力が必要です。  
途中で疲れてしまわないよう、朝ごはんをしっかりとって  
登校させてあげてください。

【学校給食費の徴収にご協力をお願いします。】

今月の振替は 9月5日(水) です。

再振替日は 9月18日(火) です。

