

平成 30 年度



# 11月 給食だより



「早寝早起き朝ごはん」  
運動シンボルマーク

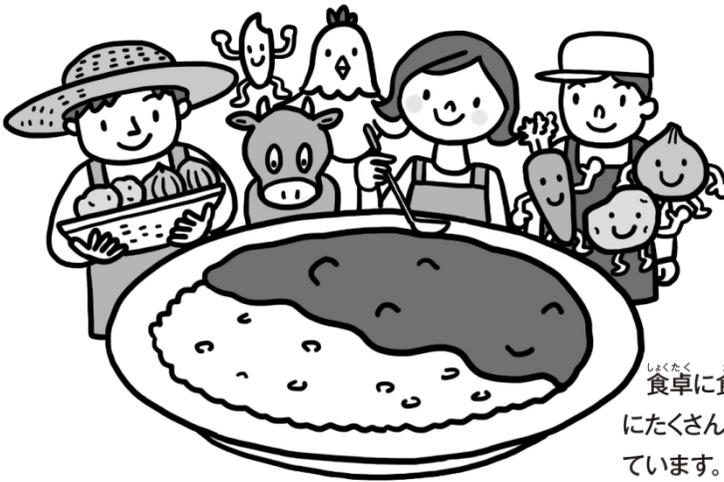
練馬区立豊玉東小学校

あき 秋もいちだんと<sup>ふか</sup>深まり、<sup>きく</sup>菊の<sup>はな</sup>花や<sup>こうよう</sup>紅葉が<sup>め</sup>目を<sup>たの</sup>楽しませて  
くれる季節となりました。新米・肉・魚・きのこ・  
くだものなどもいっそうおいしさを<sup>ます</sup>増す<sup>とき</sup>時季です。  
冬の<sup>ふゆ</sup>訪れに<sup>おとす</sup>備えて、<sup>そな</sup>豊富な<sup>ほうふ</sup>食材を<sup>しよくざい</sup>バランス<sup>よ</sup>良く<sup>と</sup>取り  
入れた<sup>い</sup>食事で<sup>しよくじ</sup>寒さに<sup>さむ</sup>負けない<sup>ま</sup>体作りを<sup>からだつく</sup>しましょう。



## 11月 23日は勤労感謝の日

たとえば、カレーライスが <sup>ひと</sup>できる<sup>どうぶつ</sup>までにかかわる<sup>しょくぶつ</sup>人、動物、植物…



食<sup>た</sup>べ<sup>もの</sup>物<sup>に</sup>に  
感謝<sup>かんしゃ</sup>しよう!

<sup>しよくたく</sup>食卓に<sup>た</sup>食べ物<sup>もの</sup>が<sup>なら</sup>並ぶ<sup>まで</sup>には、<sup>ひと</sup>こんな  
に<sup>どうぶつ</sup>たくさん<sup>いのち</sup>の人や<sup>しよくぶつ</sup>動物植物の命<sup>の</sup>がかかわつ  
ています。<sup>ひと</sup>一口<sup>ひとくち</sup>一口<sup>ひとくち</sup>よく<sup>あじ</sup>かんで<sup>あじ</sup>味わい、  
感謝<sup>かんしゃ</sup>の<sup>きもち</sup>気持ち<sup>もち</sup>をもつて<sup>た</sup>食べ<sup>ま</sup>ましょう!

## 練馬キャベツの日～練馬産キャベツが給食に登場～

11月 14日(水)に、練馬産キャベツを使用します。

豊玉東小学校では今年“キャベツ入りミートローフ”を作ります。

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製品の  
ひとつです。(使用するキャベツは、練馬区から提供されます。)

## 11月のこんだてより

- ・2日 11/1の開校記念日にちなみ、お祝いの気持ちをこめて黒米ごはんです。
- ・8日 11月8日は『いい歯の日』。  
いい歯の日にちなみ「かみかみこんだて」です。
- ・14日 練馬区で一斉に練馬キャベツを使って給食を作ります。
- ・21日 「大豆の変身献立」：大豆が色々な形に変身して登場します。
- ・28日 「コメッコハヤシライス」：米粉を使ってハヤシライスを作ります。



## 10月のきゅうしょくしつ

10月秋の味覚がたくさん登場しました。秋刀魚・鯖・栗・さつまいも・りんご・柿などなど…。秋を感じてもらえたでしょうか。

10月15日から26日まで読書旬間でした。今年も“本と給食のコラボ”と題して本の中のメニューを紹介しました。図書委員さんや放送委員さんも協力してくれたり、担任の先生が読み聞かせしてくださったり。

そして、当日。読んだことあるという子も、読んだことないという子もよく食べてくれました。そしてこんなステキなお手紙をいただきました。

こちらは  
運動会前日の  
給食の後です。

フィンカツたかた  
あしたうとうかい  
てきまか(王)した  
おいしいたかた

読書の秋・  
食欲の秋・

スポーツの秋(運動会)

を満喫できたことを嬉しく思っています。

いつもおいしい給食を、ありがとうございます。ここのあいだのメニューの精進の料理は読んだことがあるのですが、今日の「ケラタンおばさんたまはらのアヒル」は読んだことがないので、ぜひ読んでみたいですね。今日のケラタンはたくさんの野菜が入っていておいしかったです。



11月24日(いいにほんしょく)は「和食の日」です。豊玉東小の子供たちは和食をよく食べます。ぜひ煮物をはじめ和食を、ご家庭でも食卓に並べていただけたらと思います。

かつ か  
11月24日  
わ しょく ひ  
和食の日

【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 11月5日(月) です。

再振替日は 11月15日(木) です。



### ◆10月に使用した食材の主な産地について◆

にんにく：練馬区、小松菜：練馬区人参：北海道、玉ねぎ：北海道、生姜：高知県、ピーマン：宮崎県、キャベツ：長野県、きゅうり：群馬県、大根：北海道、ごぼう：青森県、サツマイモ：千葉県、もやし：栃木県、ほうれん草：埼玉県、ねぎ：山形県、いわし：鳥取県、さんま：北海道、鶏卵：群馬県、ぶどう(巨峰)：長野県、柿：和歌山県、栗：茨城県