

# 11月給食だよ

今月23日は「勤労感謝の日」です。私たちの生活では、普段目に見えていないところでたくさんの人が関わっています。みなさんが毎日食べている「食べ物」もたくさんの人の力があって食べることができます。また、いただいている「いのち」があることを忘れずに食べてほしいです。食べ物や関わる人に感謝の気持ちをこめて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつができるといいですね。

## 学校給食に関わる人たち

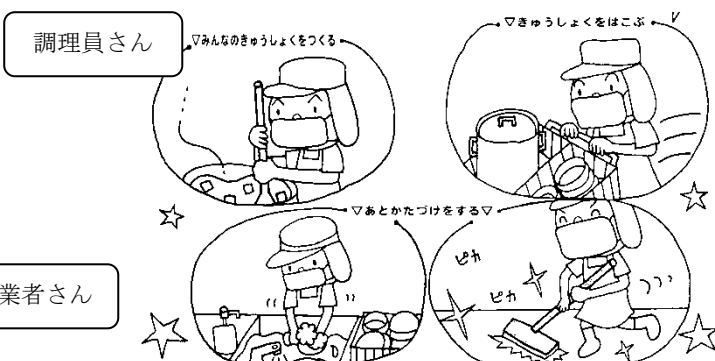
学校給食では本当に多くの人に関わっていただくことによって成り立っています。下に挙げた人以外にも、校内では給食当番さんと給食委員会さんも働いていますね。お互いに感謝の気持ちを伝えあいましょう。



農家などの生産者さん



食材を届けてくれる業者さん



調理員さん

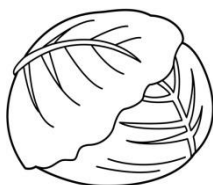
## 地産地消の取り組み

### 11月15日(水)

練馬区では、全小中学校に給食用として練馬産のキャベツが提供されます。

給食や食に関する事や歴史への理解や生産に携わる人々に感謝する心を育むことが目的です。

仲町小学校では、たっぷりのキャベツを使ってホイコーロー丼を作ります。新鮮なキャベツを味わいましょう。



### キャベツ

日本には江戸時代に伝わりましたが、今では日本国中で大根について2番目に多く栽培されています。練馬区には仲町小の校庭およそ335個分の面積のキャベツ畑があります。

## 世界の料理から

2018年平昌、2020年東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。オリンピック・パラリンピックと言えば世界中の人々が参加するスポーツの祭典ですね。そこで給食では、世界の料理を取り入れてみました。

### 11月1日(水)フランス編

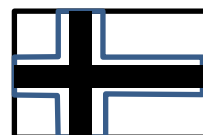
- ・バジルトースト(ソフトフランスパンを使用)
- ・ポトフ(定番のフランス家庭料理)
- ・ぎょうざのアップルパイ(フランス菓子のタルトタンからイメージ)

当日はパラリンピアンの葭原選手が講演の予定です。自転車でも活躍されていることから自転車のレースで有名なフランスを取り上げました。

### 11月17日(金)ノルウェー編

- ・フィスクシュッペ(フィスク=魚、シュッパ=スープを意味する家庭料理)

ノルウェーは前回の冬季オリンピックでロシアに次いで2番目にメダル獲得数の多い国です。



## ◎一人一回当たり平均栄養摂取量(中学年)

	エネルギー - kcal	蛋白質 g	脂肪 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食塩 g	食物 繊維g
						A μg	B1mg	B2mg	C mg		
学校給食 摂取基準	640	18.0~ 32.0	17.5~ 21.3	350	3.0	170	0.40	0.40	20	2.5	5.0
11月分平均	627	24.9	20.7	344	2.2	227	0.37	0.51	24	2.8	4.2