

11月給食だより



早寝 早起き 朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」
運動シンボルマーク



食べ物の命にも感謝!

日暮れが早くなり、冬がすぐそこまで来ていることを感じる今日このごろです。朝・夕の冷え込みが厳しくなってきましたので、服装に気をつけ、こまめな手洗い・うがい、バランスのよい食事で風邪を予防しましょう。

さて、11月23日は「勤労感謝の日」です。私たちの食生活は、多くの人や物に支えられて成り立っています。感謝の気持ちを表す「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつを、心を込めて行い、食事を大切にいたしましょう。

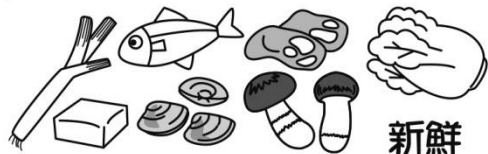
日本の食文化を見直そう

いい日本食
11月24日は
わしょく
「和食」の日

平成25年12月に「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録決定されました。それを受けて、「和食」文化の保護：継承 国民会議”では、「いい日本食」の語呂合わせから11月24日を、日本の食文化について見直し、「和食」文化の保護・継承の大切さについて考える日として「和食」の日と制定しました。

◆日本の食文化「和食」の特徴◆

◆多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重



新鮮

◆栄養バランスに優れた健康的な食生活



健康的

◆自然の美しさや季節の移ろいの表現



季節感

◆正月などの年中行事との密接な関わり



行事



「練馬産キャベツの日」

練馬はキャベツの生産量が都内ナンバー1で、練馬区の農地の4割がキャベツ畑です。11月15日(水)は練馬区で生産されたキャベツを区内の小・中学校の給食で一斉に使用します。今年で11回目になります。地元で収穫された野菜を子供たちが食べることは、食料の生産や流通などにかかわる人の努力を身近に感じ、また、地域の自然や食文化、産業などの理解を深め、生産者の方への感謝の気持ちを育てることにつながります。ぜひ御家庭でも地場産物を活用し、話題にしてみてください。練馬東小学校では「キャベツたっぷり甘辛炒め」を作ります。

今月の献立より

- 7日(火) 異学年で一緒に給食を食べる「なかよし給食」です。みんなで協力して準備し、楽しい給食時間が過ごせるといいですね。
- 8日(水) 「いい歯の日」です。よく噛んで食べる習慣が身に付くように、よく噛まないといけない食材を献立に取り入れています。頭から尾まで食べられる「ししゃも」、そして噛みごたえのある「茎わかめ」できんぴらを作ります。
- 21日(火) 山形県の代表的な郷土料理「芋煮」と、山形県が生産量全国第一位の食用菊を使った「菊の花入りお浸し」を作ります。

保護者の皆さまへ

学校給食費の徴収に御協力をお願いします。今月の振替日は11月6日(月)です。前日までに、ゆうちょ銀行に入金をお願いします。

《御注意》

給食費は、給食の食材費のみ使用されています。給食費の未納が続きますと、教育活動に支障が生じます。必ず期日(口座振替の前日)までに指定口座への入金をお願いします。なお、未納の場合、状況に応じて練馬区の方針により必要な法的措置を執る場合があります。