

11月給食だより



早寝 早起 朝ごはん
「早寝早起朝ごはん」
運動シンボルマーク

11月23日は勤労感謝の日です。この日は「勤労をたっぴ、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日とされています。

感謝の心を持って食べましょう



いただきます

生き物の命をいただくことへの感謝

私たちが普段何気なく食べている肉や魚、米、野菜などは、もとは生きていたものです。それらの命をいただいて、私たちは自分の命を養っています。また、食事が出来上がるまでには、食材を育てたり、とったり、運んだり、調理したりと、たくさんの人が関わっています。食事の際は、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。



いただきます

食事を準備してくれた人への感謝

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5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。



「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14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12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。

日本人の伝統的な食文化

「和食」を見直そう!

11月24日は「和食の日」。日本人の伝統的な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、一般社団法人和食文化国民会議が制定した記念日です。



「和食」の4つの特徴

1 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重



多様な食材

調理技術・道具

2 健康的な食生活を支える栄養バランス



一汁三菜が基本

うま味の活用

3 自然の美しさや季節の移ろいの表現



季節を楽しむ飾り付け

4 正月などの年中行事との密接な関わり

家族や地域の絆

