

# 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

秋も深まってきました。今月は、「勤労感謝の日」や「和食の日」があります。こうした日を迎えるにあたって、動植物などの自然の恩恵への感謝と共に、生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちをあらわし、和食文化の継承の大切さを考える機会としてはいかがですか。

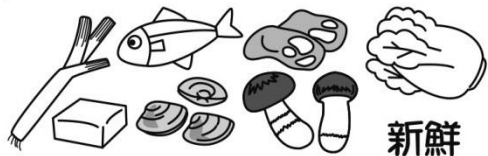
## 日本の食文化を見直そう



2013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

#### \*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（火）です。前日までに、ゆうちょ銀行に入金をお願いします。

## 感謝して給食を食べよう



おいしい給食ができるまでに、どんな人がかかわっているかを想像したことがありますか？ 食べ物を育ててくれる農家の人、食べ物を運んでくれる運送業者、献立を考える栄養士、給食をつくる調理員など、多くの人がかかわっています。このような人びとに感謝をしながら、残さずに食べるようにし、食べ物の命にも感謝！ ましょう。

## 今月の献立より

### 「オリパラ応援献立」12日（火）



2020年の東京オリンピック、パラリンピックを応援して、ギリシャ料理のムサカを給食用にアレンジして作ります。ムサカとはひき肉、ホワイトソースなどを層に重ねて焼く、ボリューム満点のオープン料理です。

### 「練馬産キャベツの日」13日（水）



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。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。今年は6月に続き第2回目です。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。