

# 給食だより 11月号

秋も深まり、実りの秋をむかえます。みなさんは、地域でとれたものを地域で消費するという意味をもつ「地産地消」という言葉を聞いたことがありますか？地産地消は、安心安全で新鮮な食べ物が食べられるだけでなく、食料自給率の向上にもつながります。地域でつくられている食べ物について、ぜひご家庭でも話題にしてみてください。

## 食べ物の命をいただいています！

わたしたちが食べている食べ物は、どれも生き物の命をいただいています。また、生産者や料理を作ってくれた人たちなど、さまざまな人たちの手を経ることで、毎日の食卓に並んでいます。食事をする時には、感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。そして、苦しい食べ物がある場合には一口でも挑戦して、できるだけ食べるように努力をしてみましょう。



### 11月の給食献立から

## 10月 食材の産地

13日★練馬区の全小・中学校では給食に練馬区産のキャベツが提供されます。給食や食に関する興味・関心、歴史への理解や生産に関わる人々に感謝する心を育てることが目的です。旭町小では「ホイコーロ」に練馬キャベツをたくさん使います。おたのしみに！

にんにくー練馬・青森 にんじん・南瓜・玉ねぎー北海道 しめじ・白菜・巨砲ー長野 しょうがー高知 ごぼうー宮崎 青森 大根ー北海道・千葉 里芋ー愛媛・千葉 小松菜ー埼玉 ねぎー茨城・山形 ほうれん草ー群馬 もやしー栃木 じゃがいもー北海道 さつまいもー千葉 セロリー長野 赤、黄ピーマン・れんこんー茨城 キャベツー長野・東京・練馬 チンゲン菜ー千葉 きゅうりー群馬 エノキー長野 りんごー青森 豚骨・豚肉ー群馬 鶏肉・鶏ガラー宮崎 鮭ー北海道 秋刀魚ー岩手・宮城 いかー北太平洋 いわしー千葉 ししゃもーノルウェー えびーベトナム 米ー青森 チーズー神奈川 きざみ昆布ー北海道 大豆ー北海道 レンズ豆ーアメリカ 春雨ータイ レンズ豆・グリーンピースーアメリカ 白いんげん豆ー北海道 鶏卵ー栃木 切り干し大根ー宮崎 干し椎茸ー九州

### 9月生乳予定産地

東京都、群馬県、岩手県、青森県、秋田県、宮城県、北海道

キャベツは、江戸時代に日本に渡ってきました。胃の粘膜の修復を助けるといわれている「ビタミンU(キャベジン)」とも呼ばれる成分が含まれています。葉が柔らかくふわっと巻いた春キャベツ、固い葉がぎゅっと巻かれた冬キャベツなど、品種を変えて一年中出回っています。給食でもサラダやスープの具として、使われています。

産休に入りました宮澤先生に代わり、10月より、栄養士を引き継ぎます。居軒(いのき)です。引き続き、安全でおいしい給食作りに励みたいと思います。よろしくお願い致します。

