

おうちのひとと、いっしょによみましょう

令和3年 10月 29日  
練馬区立旭町小学校  
校長 清水 誠  
栄養士 宮澤 優依  
家庭数配布

# 給食だより 11月号

秋も深まってきました。11月は23日の「勤労感謝の日」や24日の「和食の日」があります。こうした日を通して、自然の恩恵への感謝と共に、生産者をはじめとする食にかかわる人たち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きっかけにしていだけたらと思います。

## 給食にはこんな人たちが かかわっています

わたしたちが毎日食べている給食には、おいしく作ってくれる調理員さん、野菜を作ってくれる農家の人、お肉や卵などの畜産にたずさわる人、漁師さんや水産業にたずさわる人、食材を運んできてくれる運搬業の人など、たくさんの人の手がかかわっています。そして、わたしたちの元へと給食が届けられているのです。



## 感謝して食べよう「いただきます」「ごちそうさま」

給食の時には、みなさん「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますね。他の場所で食べるときにも、しっかり言えていますか？「いただきます」は、生き物の命をいただくことへの感謝の気持ちを伝える言葉です。また、「ごちそうさま」にはおいしい食事を作るためにかけ回ってくれた人たちへの感謝の意味が込められています。給食だけでなく毎日の食事の時には、きちんとあいさつをして、おいしく食べられることに感謝しましょう。



## 11月のこんだてから

8日★ 11と8を「いいは」と読んで、良い歯の日とされています。よくかめるように、主菜にはイカを使い、副菜のきんぴらでは、歯ごたえのある野菜を使います。

17日★ この日は練馬区産キャベツを使用した一斉給食です。区内の小・中学校では、練馬区で収穫されたキャベツを納品し、それを使った給食が提供される予定です。本校では「ねり丸キャベツ」たっぷりのホイコーロー丼にします。

19日★ 11月の食育の日は、北海道の郷土料理を取り入れました。石狩鍋をイメージした「石狩汁」と、名産であるじゃがいもを使った「いももち」を作ります。

### ～10月食材産地情報～

春雨・はちみつ・アロエ-タイ 小松菜-埼玉 白いりごま-パラグアイ チンゲン菜-静岡 大豆・かぼちゃ・大根・人参・玉ねぎ・じゃがいも・昆布・白いんげん豆・冷凍さやいんげん-北海道 はがつかお・生姜-長崎 八丁みそ-長野・青森・新潟 米・鶏肉・豚肉にんにく-青森 小麦粉-国産 柿・みかん缶詰-和歌山 干しいたけ-大分・熊本・宮崎・鹿児島 海苔-有明海・瀬戸内海 しめじ・セロリ・白菜・パセリ-長野 グリンピース-ハンガリー 卵・しいたけ・もやし-栃木 里芋・切干大根-宮崎 長ねぎ-青森・山形 ひよこ豆-カナダ 蓮根-茨城 米粒麦-国産 冷凍コーン-アメリカ さつまいも-千葉 冷凍ブルーベリー-カナダ パイナップル缶詰-フィリピン・マレーシア・タイ 黄桃缶詰-アメリカ きゅうり・キャベツ-群馬 むろあじ-八丈島 いか-ペルー ちりめんじゃこ-瀬戸内海 さば-ノルウェー ししゃも-カナダ えびミャンマー  
9月生乳産地実績：東京都、群馬県、山梨県、岩手県、青森県、秋田県、宮城県、北海道  
10月生乳予定産地：東京都、群馬県、山梨県、岩手県、青森県、秋田県、宮城県、北海道