

12月きゅうしよくだより

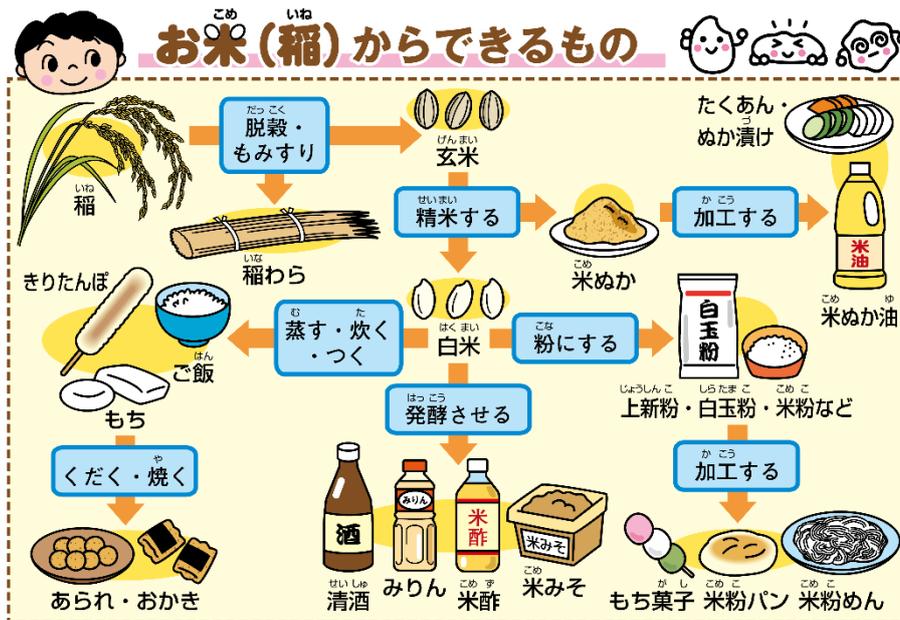
令和5年11月30日
 練馬区立下石神井小学校
 校長 永井 美奈子
 栄養士 庄司 陽子

今年も残りわずかとなりました。11月は急激な気温の変化に体がついていけず、体調を崩す人が多かったようです。

夏から秋にかけて価格が高騰していた野菜ですが、ようやく平年並みに落ち着いてきました。冬野菜は寒くなればなるほど味が濃くなります。栄養たっぷりの冬野菜を食べて、この冬を元気に過ごしましょう。



新米のおいしい季節になりました。日本の主食であるお米の歴史は古く、縄文時代に水田による「稲作」が中国大陸から伝わり、弥生時代には北海道と沖縄を除く各地に広まりました。現在では、北海道から沖縄県まで全国各地で作られており、おいしさや作りやすさを追求した様々な品種のお米が誕生しています。



11月に使用した野菜の主な産地

- ・にんじん 北海道 ・たまねぎ 北海道 ・じゃがいも 北海道 ・大根 千葉県 ・小松菜 練馬区 埼玉県
- ・きゅうり 群馬県 ・きゃべつ 練馬区 群馬県 ・ねぎ 山形県 ・白菜 長野県 ・ごぼう 青森県
- ・にら 栃木県 ・しょうが 高知県 熊本県 ・にんにく 青森県 ・里芋 練馬区 ・チンゲンサイ 千葉県



《給食費引き落としについて》

今月の給食費引き落としは、12月4日(月)です。残高不足になることのないよう、前日までに御確認をよろしくお願いたします。

