

9月給食だより



平成30年9月3日
練馬区立大泉学園小学校
校長 小池 智彦

夏休みが終わり、2学期が始まりました。9月は夏の疲れによって体調を崩しやすくなっています。「早ね・早おき・朝ごはん」を心がけて、生活リズムをととのえましょう。

秋は、日本人の食生活に欠かせない米が収穫される季節です。また、柿や梨などの果物をはじめ、栗やぎんなん、しいたけなど多くの食材が旬を迎えます。実りの秋に感謝し、さまざまな秋の味覚を楽しみましょう。



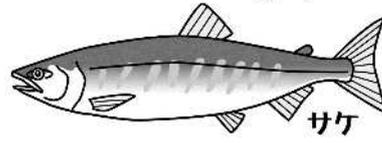
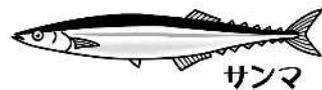
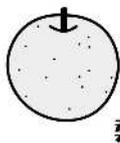
旬の食べ物を味わいましょう

野菜や果物などの農作物、魚介類には、たくさんとれて、おいしく栄養豊富な「旬」の時期があります。現在では、栽培や養殖、保存などの技術が向上するとともに、外国からの輸入によって、1年中お店に並ぶものが

多くありますが、地域でとれた旬のものを食べることは、私たちの体に良いだけでなく、地球環境を守ることにもつながります。



秋が旬の食べ物



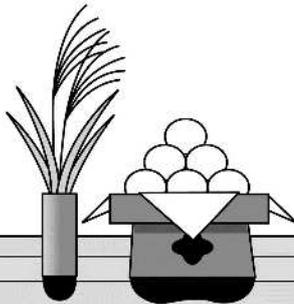
農作物をお供えし、収穫を祝う“お月見”

十五夜

旧暦8月15日「中秋の名月」

里いもが収穫される時期に当たることから、「芋名月」ともいいます。すすきや月見団子、季節の果物などをお供えし、里いも料理を味わいます。

きぬかつぎ



十三夜

旧暦9月13日「後の名月」

十三夜は「栗名月」や「豆名月」といいます。十五夜と同じようにすすきや月見団子などをお供えし、栗や豆を使った料理を味わいます。

栗ごはん



枝豆



9月生乳産地予定

東京都・群馬県・山梨県・
岩手県・宮城県・青森県・
秋田県

7月生乳産地実績

東京都・群馬県・山梨県・
岩手県・宮城県・青森県・
秋田県

2018年の十五夜は9月24日、十三夜は10月21日です。

給食費についてのお知らせ 9月の引き落とし日は9月25日(火)です。ご協力よろしくお願ひいたします。