

11月給食たより



令和元年10月31日
練馬区立大泉学園小学校
校長 小池 智彦

旬の果物を 味わいましょう!



収穫の秋を迎え、たくさんの旬の果物が店頭を賑わせています。現在は、季節を問わず1年中食べられる物が増えていますが、果物は旬の時季にしか出回らないものも多く、季節感を味わうことができるのも魅力です。また、ビタミン、ミネラル、食物繊維のほか、ポリフェノールやカロテノイドといった機能性成分が含まれているものも多く、生活習慣病予防に役立つ健康的な食べ物です。それぞれ、見た目や味わいが異なるさまざまな品種がありますので、いろいろと食べ比べてみるのも楽しいですね。

★「毎日くだもの200グラム推進全国協議会」では、可食部（皮や種を除いた部分）で1日当たり200グラムの果物を食べることを勧めています。

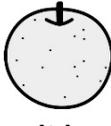
秋においしい果物



ぶどう



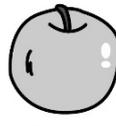
かき



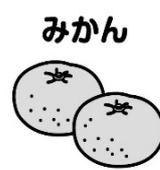
なし



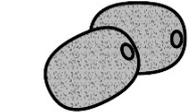
いちじく



りんご



みかん



キウイフルーツ
(国産)

感謝の心を大切に

11月23日は勤労感謝の日です。

毎日の食事は、生き物の命や自然の恵みをはじめ、多くの人の支えによって成り立っています。心を込めて「いただきます」や「ごちそうさま」の挨拶をし、食事を大切にいただきます。



保護者の皆様へ

～給食費についてのお知らせ～

11月の引き落とし日は11月25日(月)です。ご協力よろしくお願いいたします。
※前日までにご入金願います。

9月生乳産地実績

東京都・群馬県・岩手県・
青森県・秋田県・北海道

11月生乳産地実績

東京都・群馬県・岩手県・
青森県・秋田県・北海道・
宮城県