

〇〇の秋・・・みなさんはどんな秋ですか？



日が沈む時間も早くなり、少しづつ寒くなってきましたね。読書の秋、運動の秋、食欲の秋・・・いろいろな秋がありますが、みなさんはどのような秋を過ごしていますか？
秋が深まると同時に、多くの食べ物が旬をむかえています。この季節に一番おいしく、栄養価の高い秋の味覚を、ぜひ食べてみましょう。



自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物を地場産物といいます。地場産物は生産している人が近くにいるので「顔が見える」「話ができる」などのよい点があります。また、どうしてこの地域でつくられるようになったのかを考えることにより、地域の自然や歴史を知ることにもつながります。

毎日の給食は、いろいろな人たちの手によって、作られています。

- ①残さずに食べること、②好き嫌いしないこと、③食器を丁寧に扱うこと、④後片づけをきちんとすること、全てが食事に携わる人たちに感謝することにつながります。感謝の気持ちをこめて、「いただきます」、「ごちそうさま」をしましょう。

11月23日は

勤労感謝の日

食べ物をつくってくれる人や
食べられることに感謝しましょう。



★12日（火）世界の料理 韓国料理「ヤンニョムチキン」★

ヤンニョムチキンは韓国の国民食と呼ばれるくらいに人気のある料理です。

香ばしく揚げたフライドチキンにコチュジャンやにんにくなどを使った調味料を絡めて甘辛くした肉料理です。辛さがおさえめなので、こどもにも好評です。

★28日（木）食育献立 山形の郷土料理『おみ漬け』★

おみ漬けは、山形県の代表的な郷土料理です。多様な漬物文化が残る山形県。「おみ漬け」は高菜の一種です。

刻んだ野菜を揉んで漬けることから「もみ漬け」から「おみ漬け」になったといわれています。余った野菜をすべて使い切るための知恵として発展してきた料理です。

給食の食材の産地（10月分）

米・青森 冷凍いんげん・北海道 白ごま・パラグアイ 干しいたけ・九州 卵・栃木 イカ・北太平洋 大豆・北海道 グリーンピース・アメリカ わかめ・三陸 粉寒天・長野 ピザチーズ・神奈川 レンズ豆・カナダ たけのこ・国産 マッシュルーム・国産 ツナ缶・ベトナム 白いんげん豆・北海道 里芋・千葉 人参・北海道 ごぼう・青森 大根・青森 しめじ・長野 長ねぎ・山形 小松菜・埼玉 にんにく・青森 玉ねぎ・北海道 きゅうり・秋田 もやし・栃木 じゃがいも・北海道 生姜・高知 白菜・長野 キャベツ・群馬 かぼちゃ・北海道 パセリ・茨城 いんげん・千葉 さつまいも・千葉 しめじ・千葉 ほうれん草・群馬 きゅうり・秋田 ピーマン・茨城 パセリ・茨城 チンゲン菜・千葉 鶏ガラ・宮崎 鶏肉・宮崎 豚肉・茨城 いわし・青森・千葉 さば・ノルウェー ホキ・ニュージーランド ししゃも・ノルウェー さば・欧州 鮭・北海道

・10月生乳産地予定
(東京都、群馬県、岩手県、青森県、秋田県、宮城県、北海道、山梨県)