

# ＊給食だより＊



早寝早起き朝ごはん  
「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク

11月23日は勤労感謝の日です。みなさんが毎日食べている給食には、地域の食材が多く使われています。その食材を育てる人や運ぶ人、調理をする人など、いろいろな人たちによって給食は支えられています。感謝の気持ちを忘れずにいただきましょう。

## 11月9日は「ねり丸キャベツの日」



練馬区は緑豊かな地域です。現在も多くの農地があり、農家の方が愛情を込めて育てた野菜が、季節ごとに収穫されています。

「練馬の野菜を練馬の子どもたちに食べてもらいたい」とJAや農家の方々が学校給食にご協力くださいました。

11月9日は、練馬産のキャベツを使った給食を、区内全校一斉に実施します。本校では、キャベツをたっぷり使った「和風ポトフ」を予定しています。



## 11月24日は「和食の日」

日本は海・山・里と豊かな自然に恵まれ、多様で新鮮な旬の食材と、うまみに富んだ発酵食品、米飯を中心とした栄養バランスに優れた食事構成をもつ、「和食」の文化があります。

日本の秋は「実り」の季節であり、「自然」に感謝し、五穀豊穡を祈る祭りなどの行事が、全国各地で盛んにおこなわれる季節でもあります。

日本の食文化にとって大変重要な時期である秋の日に、毎年、一人ひとりが「和食」文化に意識を深め、和食文化の大切さを再認識するきっかけの日となっていくよう願いをこめて、11月24日を“いい日本食”「和食の日」と制定されました。

給食でも、11月24日、和食献立にしました。

日本の食料自給率は37%（カロリーベース）と世界の国と比べてとても低い値です。これは食生活の変化で自給率の高い米を食べる量が減って、肉や乳製品など、輸入した食材を食べる量が増えたためといわれます。

ご家庭でも、和食文化について考える機会にしてほしいと思っています。

学校給食費の支払いにご協力をお願いいたします。

今月の引き落とし日は11月10日（木）です。

前日までに口座へご入金をお願いいたします。



## 図書コラボ

今月は図書室と給食がコラボして、本の中にでてくる料理が給食に登場します。  
本の紹介文はTRC MACRより引用



### 4日「キーマカレー」

『何者』朝井リョウ/著

自分を生き抜くために本当に必要なことは何なのか。この世界を組み変える力はどこから生まれ来るのか。就活大学生の自意識をあぶり出す、リアルで切実な長編小説。

### 16日「牛丼」

『いのちのたべかた』森達也/著

魚は切り身で泳いじゃない、そんなことは知っている。では、毎日食べるお肉はどこからどうやって、やってくる？生きるために食べるいのちについて考える。

### 28日「チリコンカン」

『描かれた食べ物』若桑みどり/監修

生活と関わりの深いテーマ別に、様々な国や時代の美術作品をあつめたシリーズ。人間が生きていくのに大切な「食べもの」の絵画を20点紹介。ミレーの「落ち穂拾い」ピカソ、ダ・ヴィンチなど。

### 2日「豆腐のチゲ」

『みかんの味』チョ・ナムジュ/著

中学校の映画部で仲良くなった少女4人は、旅先の濟州島である約束を交わし、タイムカプセルに入れて埋める。さまざまな感情と計算が隠されたこの約束をめぐる、次々と事件が起こる。

### 10日「マカロニグラタン」

『ももこの話』さくらももこ/著

山本リンダの熱狂ライブ、劣悪条件での幼少ガーデニング体験、バレンタインの思い出など、テーマは読者期待・作者得意の「子供時代」。大爆笑のさくら前線。

### 21日「カステラ」

『ぐりとぐら』中川李枝子/著

森の奥で大きなたまごを拾ったぐりとぐら。カステラを作り始めるといい匂いにつられて、森中の動物たちが集まってきます。

### 30日「おでん」

『台所のおと みそっかす』幸田文/著

味わい深い小説「台所のおと」「祝辞」生い立ちを語る「みそっかす」露伴の臨終を描いて圧巻の「終焉」など、心惹かれる情景が書きこまれた作品集。