給食だより 11月

令和6年10月31日
練馬区立大泉学園中学校

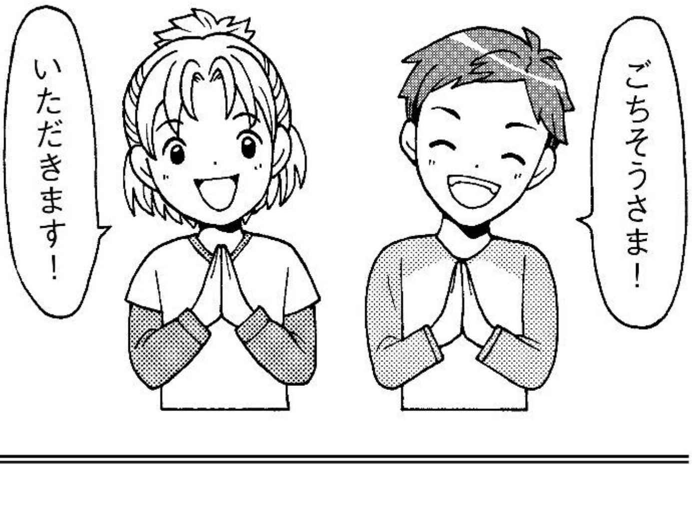
秋も深まってきました。今月は、「勤労感謝の日」や「和食の日」があります。こうした日を迎えるにあたって、動植物などの自然の恩恵への感謝と共に、生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちをあらわし、和食文化の継承の大切さを考える機会としてはいかがですか。

11月24日は「和食の日」 受け継いでいこう和食文化

和食は、2013（平成25）年12月に「和食；日本人の伝統的な食文化」としてユネスコ無形文化遺産に登録されました。和食は多様で新鮮な食材が用いられ、素材の味わいを生かした調理がされています。また一汁三菜を基本としていることから栄養バランスがよく、健康的な食生活になっています。そして、自然の美しさを表現し、年中行事とも深いかかわりがあります。家庭の中で和食のよさや食文化について話し合ってみてください。

感謝して食べよう！「いただきます」「ごちそうさま」

食事の時に、みなさんはきちんと「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？
「いただきます」は、生き物の命をいただくことへの感謝の気持ちを伝える言葉です。また、「ごちそうさま」にはおいしい食事をつくるために駆け回ってくださった人たちへの感謝の意味が込められています。
毎日の食事の時には、きちんとあいさつをしましょう。



11月19日（火）**和食の日**　学園中のメニューは
麦ごはん・ししゃものカレー風味揚げ
昆布和え・きりたんぽ汁　です。

＜11月の牛乳・米の予定産地＞

東京都・群馬県 山梨県・岩手県 青森県・秋田県 宮城県・山形県 福島県・北海道	令和5年度産 岩手県産 ひとめぼれ