

給食だより

11月



銚田市立銚田学校給食センター



わたしたちは食事からエネルギーや栄養素を補給して、成長したり活動したりしています。わたしたちは自然の恵みをいただいています。命をいただくことへ感謝の心を持って食べてほしいと思います。

給食では「地産地消」を推進しています!

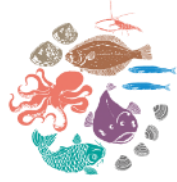
「地産地消」という言葉をご存じですか? 地域で生産されたものを地域で消費する取り組みのことです。地産地消は、新鮮なものを食べることができる、地域の自然や食文化を知ることができる、輸送距離が短い環境に優しいなど、よいことがたくさんあります。学校給食では地場産物の活用を通し、地域の食文化や産業について伝えるとともに、生産者や食べ物への感謝の気持ちを育てていきたいと考えています。

21日~24日は「銚田・茨城をたべよう week」!



今月21日から24日の給食は「銚田・茨城をたべよう week」として、茨城県や銚田市の食材をたくさん使った献立が登場します。

銚田市は、野菜・いも類の生産量が全国第1位で「日本でいちばん野菜をつくるまち」です。茨城県も農業産出額が全国第3位で、みなさんの身近でたくさんのおいしい食材が作られています。地域の恵みに感謝していただきましょう。



銚田市の農産物



茨城県の農産物



給食に関するお問い合わせはこちらへ。
銚田学校給食センター TEL34-9077

今月の給食のポイント

○かぜに負けない体をつくろう

★旬の食材★ さば・さつま芋・里芋・きのこ類・だいこん・れんこん

★行事給食★

「いい歯の日」献立 (A・B7ロック 8日)

ごはん・牛乳・からあげ・かみかみサラダ・なめこ汁・ぶどうグミ

銚田・茨城をたべようweek 21日~24日

銚田市や茨城県の食材をたくさん使った献立が登場します!

銚田の日献立 (A・B7ロック 21日)

ごはん・牛乳・豆腐ハンバーグ・ごぼうサラダ・さつま汁・お米とメロンのムース

「和食の日」献立 (A・B7ロック 24日)

ごはん・牛乳・さばの塩焼き・ヤーコンの甘辛いため・だまこ汁

11月8日は
「いい歯の日」!



和食の魅力とは?

11月24日は「和食の日」です。日本の伝統的な食文化である和食は、季節や自然を感じることができ、健康を保つための知恵が詰まっています。和食を味わい、その魅力を感じ、これからの日本の食文化について考える機会にいただければと思います。

和食の特徴

①多様で新鮮な食材と素材の味わいを活用	②バランスがよく、健康的な食生活
③自然の美しさの表現	④年中行事との関わり

11月23日は 勤労感謝の日

「勤労感謝の日」は、「勤労をたつとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日です。食にかかわる人たちへ感謝の気持ちを伝えてみませんか。



かぜ予防のためには、石けんでしっかりと手洗いをし、うがいをしましょう。そして、栄養バランスのよい食事や、適度な運動、十分な睡眠で体調をととのえましょう。