



給食だより 11月号



「秋の日はつるべ落とし」といわれるように、日暮れが驚くほど早くなりました。木の葉も色づき、秋の深まりを感じさせます。これからの季節、朝起きるのが、つらくなりますが、寒い時こそ、ゆとりをもって起き、温かい朝食で体をあたため登校しましょう。早く起きられるよう、前日も早く寝ることが大切です。

11/8 ^はいい歯の^ひ日



「い(1)い(1)歯(8)」の語呂合わせから、11月8日は「いい歯の日」です。やわらかいものばかりでなく、かみごたえのある食べ物を食事に取り入れ、よくかんで食べる習慣をつけましょう。この日の給食で、かりこりがらめが登場します。かえりいりこと大豆を炒って調味料で和えています。しっかりかんで食べましょう。

今年も学校給食に「はも」が登場！！（山口県の無償提供より）

山口県の農水産業を応援するプロジェクトとして、山口県より学校給食に無償提供していただきます。11月～2月までの間に毎月1回です。からあげやフライで提供します。宇部市を含め、山口県の瀬戸内海でははもの水揚げ漁が多いです。地元の恵みに感謝しながらいただきます。



わしよく みなお 「和食」を見直そう！

「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産に登録されていることをご存じですか？ ここでいう「和食」とは、ただ単に料理のことだけではなく、日本の豊かな自然や気候風土のもとで育まれてきた「自然の尊重」という精神に基づく食文化です。近年、ライフスタイルなどの変化により、この食文化が失われつつあることから、その価値を見直し、国民全体で保護・継承していく必要があります。給食では、ご飯を主食とした和食の献立を中心に、行事食や郷土料理を取り入れるなど、子どもたちに伝統的な食文化を伝えています。



(一社)和食文化国民会議・制定

かてい じっせん ^{わしよく}家庭で実践したい「和食」の^{とくく}取り組み

<p>食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」を言う</p>	<p>はしを正しく使って食べる</p>	<p>ご飯と汁物、主菜、副菜をそろえる</p> <p>副菜 主菜</p> <p>ご飯 汁物</p>	<p>伝統的な行事食や郷土料理を取り入れる</p>	<p>旬の食べ物を味わう</p>
----------------------------------	---------------------	---	---------------------------	------------------



令和3年11月分



学校給食予定献立表



琴芝小学校

Main table with columns for date, main dish, side dish, and food groups. Includes sub-headers for '使われている食品' (Food used) and 'エネルギー' (Energy).

15日～19日は地産地消週間です。私たちが住んでいる宇部市や山口県内でとれる食材をたくさん使って給食を作ります。

*牛乳は毎日つきます。 地元産の食材に○をつけています *生産の都合により、食材が入らないことがあります。

*2日(火)4日(木)は、琴芝小学校の5年生の給食はありません。

*12日(金)15日(月)は、琴芝小学校の6年生の給食はありません。

おはなし給食(読書週間給食メニュー)

○9日(火)「カレーライス」～カレーライスはこわいぞ 角野栄子 作～

○10日(水)「フルーツポンチ」～はらぺこあおむし エリック・カール 作～

○11日(木)「石のスープ」～オオカミの石のスープ アナイス・ヴォージュラード 作～

○12日(金)「ピビンバ」～男子弁当部～オレらの愛情てんこもり弁当 イノウエミホコ 作～

