



# 給食だより 11月号

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。



## 知っていますか？地産地消！

地産地消とは・・・**地**・・・地元でとれた **産**・・・農水産物  
**地**・・・地域の人たちで **消**・・・消費しよう という考えです。

地産地消のよいところは？



**安心** 作った人の顔や生産場所が見えるので安心です。

**安い** 旬の時期はたくさんとれるので安くなります。



**エコ** 近くでとれるので、時間や輸送にお金がかかりません。地球にとってもやさしいです。

**新鮮** 近くでとれるので新鮮で栄養価も高いです。

9日～13日は地産地消週間です。



<http://www.marugoto-y.net>

秋は、「味覚の秋」とよばれ、たくさんの旬の食べ物が出回ります。給食にも、はくさい・キャベツ・ねぎ、さつまいも、じゃがいもなど旬の食材が登場します。旬のものは、新鮮で栄養価も高いというよい点があります。旬のものをしっかりと食べて、寒い冬に負けない体をつくりましょう。

## 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。10月～1月までの間に毎月1回です。この他にも、山口県産牛や長州黒かしわなども提供される予定です。

### 【ハモとはどんな魚？】

大きな口と鋭い歯が特徴的なハモは、大きいもので2mくらいあります。山口県でとれたハモは、やまぐちブランド「西京はも」の認定を受けた食材として、県内外で活躍しています。特に、夏場に関西（京都の祇園祭、大阪の天神祭）でハモの需要が高まることから、毎年たくさんのハモが山口県から関西方面へ出荷されています。山口県では瀬戸内海側が全国有数の産地となっており、夏～秋にかけて底びき網漁業、はえなわ漁業で漁獲されます。ハモは小骨が多いため、骨切りをします身はあっさりとした白身ですが、秋頃からは程よく脂がのって、より味わい深くなります。給食では、から揚げとして登場します。お楽しみに！！

