



11月給食だより



令和3年度

砺波市学校給食センター



「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。

11月24日



(一社) 和食文化国民会議・制定

家庭で実践したい「和食」の取り組み

<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>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> 
--	--	---	--	---



11月は、富山県食育推進月間です。

今回は、「富山県食育推進月間」です。砺波市学校給食センターでは、11月19日を「学校給食となみの日」として、富山県や砺波市でとれた野菜などをたっぷりと使った給食を実施します。生産者の方々に感謝し、新鮮で安全な地元食材を味わいましょう。



トントンの日

16日に、「トントンの日」の給食を実施します。砺波市で養豚をされている高畠さんが、砺波市の子ども達が健やかに成長することを願って、豚肉をプレゼントしてくださいました。16日は、「ハヤシライス」、17日は「麻婆豆腐」に使っています。感謝して美味しく頂きましょう。

給食メニューの簡単レシピ

作り方

ごまひたし(11月24日の和食の日献立に登場します)

材料 (4人分)

小松菜 80g キャベツ 100g 人参 32g

醤油 小さじ1 砂糖 小さじ1 みりん 小さじ1 白すりごま 小さじ1 白練りごま 小さじ1

- ① 小松菜、キャベツ、人参は柔らかくなるまで茹でて、冷ます。
- ② ①に醤油、砂糖、みりん、白すりごま、白練りごまを加えて混ぜ、味をつける。