

お米をはじめ、越前市でもさまざまな作物が実りの季節を迎えました。旬の食べ物は、どんな味や香りがするのか、意識して食べてみましょう。さまざまな食材に慣れ親しみ、家族で食べる楽しみを積み重ねていくと健康な体だけでなく、豊かな心を育むことにつながります。

## 市制記念ランチ

# “菊御膳”を味わいましょう!

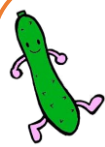


地元でとれた野菜は新鮮でおいしいね!

きゅうり・小松菜・菊など越前市産の食べ物が使われているよ。味わって食べてね!

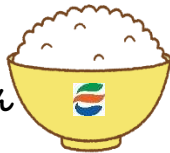


越前市は、平成17年10月に、旧武生市と旧今立町が合併しました。菊御膳は、越前市産の食材を多く取り入れた越前市が誕生したことを記念する給食です。



みどりしきぶきゅうりのあっさり漬け  
マダイフライ

ごはん



菊花汁

### ★★きく(菊)御膳って?★★

越前市の花にもなっている「キク」は、昔から越前市を彩る花として広く親しまれています。菊は、食用栽培もされており、市制記念の10月に地元の菊を味わってもらおうと【キク(菊)御膳】と名付けました。

さらに、菊は、多年生で冬の寒さに耐えて春にはしっかりと芽を出す強い生命力があります。そんな菊のようにみなさんのがんばりが春には芽吹くことを願って提供します。



10月は、国が定める『食品ロス削減月間』です。10月20日の給食は、食べきり運動献立! おいしく残さず食べて『残食ゼロ』をめざしましょう!



## チャレンジ

11

作る力・調理する力

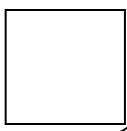
料理の上手なもりつけ方

料理を上手にもりつけることができますか?  
できていたら口の中にOをつけましょう。



もりつけがきれいだと、食べたいなという気持ちが高まりますね!

2つのおかずを1つの皿にもりつける時は、手前には主菜、おかずがくっつかないようにもりつける。



ごはんをふんわりともりつける。



魚は、頭を左向きに、はらを手前にしてもりつける。



しるものは、しると実をバランスよく入れる。



学校でも家でも左のことに気をつけて、もりつけできるといいね。

