給食だより 11月

越前市北新庄小学校

木の葉が色づき、秋も深まってきました。朝晩が冷え込み、一日の気温の変化も大きくなってきましたね。朝食をたべると、体温が高まり、体も目覚めます。早寝・早起きを心がけ、ゆっくり朝食をたべる時間をつくるようにしましょう。

家庭で実践したい「和食」の取り組み

だしを味わう和食献立
和食の日

11月24日は、ごろあわせで「いい日本食の日」、つまり「和食の日」となっています。この日を記念して、「だしを味わう」ことができるような給食を提供したいと思っています。

和食はユネスコの無形文化遺産にも登録され、これからもずっと残していきたい食事として、和食の価値が世界に認められました。お米や魚、野菜やきのこ、果物も実りの秋です。和食の良さを見直してみましょう！

コウノトリ米週間

17日～21日のご飯の日5日間

味わって食べましょう

11月21日 まるごと献立を味わいましょう

- ごはん
- 牛乳
- ししゃもからあげ
- 大豆のカラフルマヨあえ
- 左玄の訓え汁

11月27日 だしを味わってみましょう

- ごはん
- 牛乳
- 豚肉の梅酒煮
- 粒大豆あえ
- とうふのすまし汁

食育チャレンジ！

わたしはだれでしょう？

①のヒント
食が命の基本だと言った
「い○○かさ○○」

②のヒント
栄養は食べ物全体にあるから、
皮や骨も○○○○食べよう

③のヒント
食べ物が一番おいしい○○○の
じきに 福井県でとれるものを
食べよう

①なまえ

②おしえ1

たべよう！

③おしえ2

の食べ物をたべよう！

こたえ：①いしかわさげん（石塚左玄）、②まるごと、③じゅん