給食だより 11月



越前市武生第五中学校

木の葉が色づき、秋も深まってきました。朝晩は冷え込むようになり一日の気温の変化も大きくなってきました。朝食をとると、体温が高まり、体も目覚めます。早寝・早起きを心がけ、ゆっくり朝食をとる時間をつくるようにしましょう。

和食の日



11月24日は、語呂合わせで「いい日本食の日」、つまり「和食の日」となっています。
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、世界から注目されています。お米や魚、野菜やきのこ、果物がとれる実りの秋です。和食の良さを見直してみましょう！



越前市産 コウノトリ米 週間



16日からの30日は　＊パンの日を除く

「コウノトリ呼び戻す農法米」です。

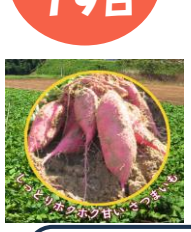
農薬・化学肥料を使わずに作られたお米です。
自然の恵みを受けたコウノトリごはんを味わっていただきましょう。



11月16日 まるごと献立

ご飯　牛乳　ししゃものからあげ
大豆のカラフルマヨあえ
左玄の訓え汁

11月19日 地場産プラスワン給食



いつもの給食に福井県でとれた食材をプラスワン！
今回は**「県産さつまいもタルト」**をきっかけに
福井のことを楽しく学んでいきましょう。

11月30日 和食の日 献立

コウノトリ米ご飯　牛乳
さわらの塩焼き
おからの五目煮
さつまいもの豆乳みそ汁

福井のブランド食材 献立が出ます

福井には、いろいろなブランド食材があります。
とみつ金時、九頭竜舞茸、越のルビー、しらやま大根
が給食に登場します。味わいましょう！

食育チャレンジ！





わたしは誰でしょう？



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名前

い			か	さ		

②おしえ1

				食べよう！

③おしえ2

			の食べ物を食べよう！

答え：①いしづかさげん（石塚左玄）、②まるごと、③しゅん（旬）