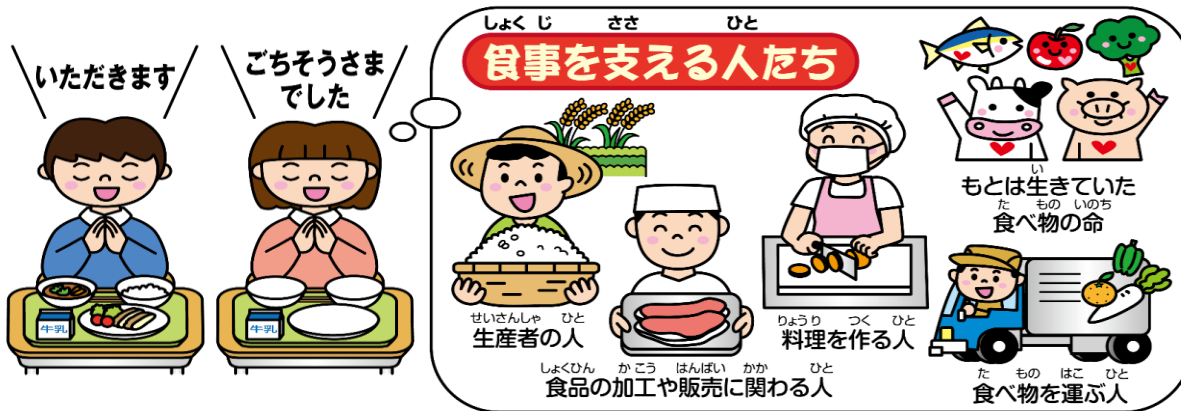


11月 学校給食だより

あつみっこ給食センター
令和7年度 家庭用

実りの秋 食べ物を大切にいたしましょう

9月～11月頃は実りの秋とも呼ばれ、昔から日本人にとって重要な穀物であるお米や、大豆・里いもなど、様々な作物が収穫を迎えます。11月23日には各地で収穫を祝うお祭りである「新嘗祭」という行事が行われます。この日は「勤労感謝の日」として国民の祝日でもあります。食べ物が食べられるのは、たくさんの人の勤労に支えられているからだということを忘れずに、日々の食事を大切にいたしましょう。

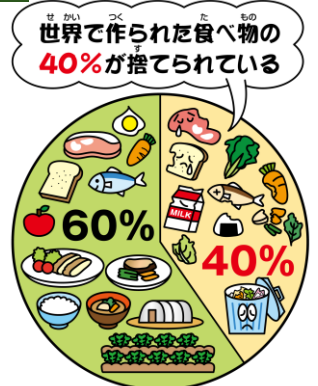


食品ロスの

面からも

食べ物を

大切に！



11月8日は「いい歯の日」

いい歯を保つには、よくかむことが大切です。よくかんで食べて唾液をたくさん出すことで虫歯予防にもなり、他にもいろいろな効果が期待できます。



「和食」の特徴

多様な新鮮な食材とその持ち味の尊重	健康的な食生活を支える栄養バランス	自然の美しさや季節の移ろいの表現	正月などの年中行事との密接な関わり
-------------------	-------------------	------------------	-------------------

日本の食文化を大切にするために、心がけたいこと

食器を正しく並べましょう	「いただきます」「ごちそうさま」を心を込めて言いましょう	お箸を正しく使いましょう	地域に伝わる郷土料理や行事食を味わってみましょう
--------------	------------------------------	--------------	--------------------------

参考：全国学校給食協会「学校給食」

今月の地産地消情報

あつみさん 温海産	つるおか 鶴岡・庄内産	けんないさん 県内産
米(献上米つや姫)	米(つや姫・雪若丸・はえぬぎ) 牛乳	米(つや姫) 大豆
大根 ねぎ	豚肉 豆腐 生揚げ みそ たまご	にら 白菜 しめじ
かぼちゃ	小松菜 チンゲン菜 ほうれん草 庄内柿	マッシュルーム
あつみかぶ	干ししいたけ 冷凍だだちゃ豆	米粉めん りんご
あつみかぶら漬	ベビーリーフ メンチカツ しょうゆの実	果物缶(りんご・もも・ラフランス)
塩蔵たけのこ	あらめ さけ たら あじ サメフライ	切干大根 ヨーグルト
塩蔵いたどり	バショウカジキフライ	

★今月の地産地消ウィーク・鶴岡いっぱいウィークは 17日～21日です。

鶴岡エコ米

昨年度に引き続き、今年度も給食に鶴岡エコ米を使用します。給食の食べ残しを肥料として再利用して育てたお米です。大事に残さず食べましょう。

