

11月 学校給食だより

鶴岡市学校給食センター
令和7年度 家庭用

実りの秋 食べ物を大切にいただきます

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だきます。



いただきます

ごちそうさまでした

食事を支える人たち

生産者の人 料理を作る人 食品の加工や販売に関わる人 食べ物を運ぶ人

食品ロスの面からも食べ物を大切に!

世界で作られた食べ物の40%が捨てられている

11月8日は「いい歯の日」

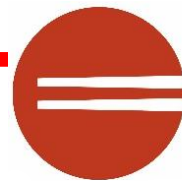
いい歯を保つには、よくかむことが大切です。よくかんで食べて唾液をたくさん出すことで虫歯予防にもなり、他にもいろいろな効果が期待できます。

歯のこみやすくなる

消化を助ける

むし歯予防

だ液のはたらき



11月24日は「和食の日」

「和食」の特徴

多様で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

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

鶴岡産	庄内産	県内産
- 米（つや姫・雪若丸・はえぬき エコ米はえぬき・献上米つや姫） - 中華めん・米粉・豚肉・卵・大豆 - 大豆製品（みそ・生揚げ・豆腐） - たら・たけのこ・ベビーリーフ・大根 - しめじ・しいたけ・きくらげ・なめこ - じゃが芋・だだちゃ豆・ミニトマト・白菜 - キャベツ・チンゲン菜・地魚かまぼこ	- 牛乳・豚肉 - ヨーグルト - さつまいも - 小松菜 - ほうれん草 - ねぎ - 庄内柿 - 切干大根	- 県産つや姫 - 豚肉 - 里いも - りんご - ラフランス - もも・米粉 - 米めん - 大豆ミート

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。



★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。