

給食だより



一関市
真滝学校給食センター
2019.10.30(水)



私たちが普段食べているお米やお肉、お魚、野菜などは、もとはみんな生きていたものです。それらの命をいただいて、私たちは自分の命を養っています。また、食事が出来るまでには、農作物を作る人、家畜を育てる人、魚をとる人、食べ物を運ぶ人、販売する人、料理を作る人など、多くの人が関わっています。食事をするときには、感謝の気持ちを込めて、できるだけ残さず食べましょう。

世界に誇る、日本人の伝統的な食文化「和食」

平成25年12月「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。ここでいう「和食」は、「自然を尊重する心」に基づいた食べることに感謝する日本人の習わしであり、4つの特徴があります。

11月24日
いいにほんしょく

「和食」の日

「和食」の特徴	
<p>多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重</p>	<p>健康的な食生活を支える栄養バランス</p>
<p>自然の美しさや季節のうつろいの表現</p>	<p>正月などの年中行事との密接な関わり</p>

せかいいち おいしいスープ



えほんきゅうしょく
～絵本 給食 について～

効果的に本を活用して、読書への意欲を育てることを目的に、10/28～11/8は「読書Week」となっています。

真滝学校給食センターでは、11/5(火)が絵本給食です。

今年度は、絵本『せかいいち おいしいスープ』より『(絵本の…) せかいいち おいしいスープ』が登場します。

牛もも肉をおろしにんにくで炒めて、野菜(にんじん・キャベツ・玉ねぎ・じゃがいも)とお麦を加えて煮込んだ豆乳スープ(コンソメ味)になっています。※絵本では「牛乳」が入っていますが、給食では豆乳にしています。

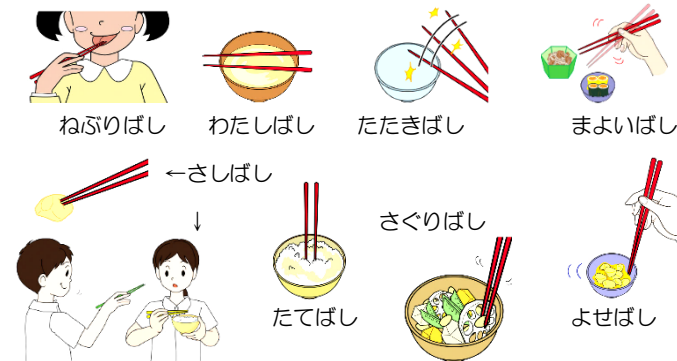
ぜひ、絵本を読んでから食べてほしいと思います。

はしの持ち方 使い方

はしを正しく使うことができますか？正しい持ち方を身につけることで、料理をきれいに食べることができます。手が小さい頃には、なかなか難しいですが、小学校高学年くらいからは身につけておきましょう。

<p>①1本のはしを親指・人差し指・中指の3本の指で鉛筆と同じように持つ。</p>	<p>②「1」の字を書くように、縦に動かして、上のはしの動きを練習する。</p>	<p>③もう1本のはしを、親指の付け根から、中指と薬指の間に通す。</p>	<p>④上のはしだけ動かすようにし、はし先を閉じたり開いたりする。</p>
---	--	---------------------------------------	---------------------------------------

こんな使い方は、無作法とされています。



【11月22日は和食給食です】

11月24日の和食の日は日曜日のため、真滝学校給食センターでは、11月22日に和食給食を実施します。

献立は和食料理人の寺沢勇人さんに提案していただいたものです。だしをしっかりとったおいしい和食給食を味わっていただきましょう。

学校給食試食会のお知らせ

真滝学校給食センターでは、『12月12日(木)午前10時半～12時頃』学校給食試食会を行います。

給食費(参加費)は、267円です。場所は、一関東中学校の敷地内(体育館の隣)です。10月の試食会はパン給食でしたが、12月の試食会は「ごはん給食」です。

参加申し込みされる場合には、『11月28日頃までに真滝学校給食センター(電話21-1320)まで』ご連絡ください。住所、氏名、電話番号、人数をお伺いします。

また、申し込み後のキャンセルはいたしかねます(給食費を徴収させていただきます)のでご了承ください。

