

令和2年10月30日(金)
中野区立桃園第二小学校
校長 山崎 義弘
栄養士 鈴木 瑞代

11月給食だより

あき ふか 秋が深まってきました。11月23日は勤労感謝の日です。のうぎょう ぎょぎょう ちくさんぎょう 農業、漁業、畜産業などにかかわっている人、はいそう 配送をしたり、しよくじ つく 食事を作ったりする人など、いろいろな人たちのおかげでまいにちしよくじ 毎日食事をする事ができます。こうした方たちへの感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

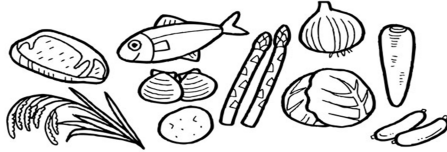
11月の給食目標「感謝の気持ちで食事をしよう」

★給食を支えてくれる人やもの★



た 食べものを育てたり

とったりしてくれる人



生きものの命



こんだて かんが 献立を考えて

くれる人



た 食べものを
う 売ってくれる人



きゅうしよくひ 給食費を
はらってくれる人



きゅうしよく つく 給食を作って
くれる人

しよくじ 食事の
あいさつ

「いただきます」
「ごちそうさま」



た もの た 食べ物を食べるということは、どうしよくぶつ いのち 動植物の命をいただくことです。その食べ物をいただくことや、りょうり 料理をしてくれた人に感謝の気持ちを込めて、「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつを忘れないようにしましょう。

～11月の献立より～

★11月2日(月)世界の料理～アメリカ～★

11月3日(火)はアメリカ大統領選挙です。2日(月)の給食はアメリカ料理です。カレー粉とチリパウダーを使った炊き込みごはん「ジャンバラヤ」、アメリカの家庭料理「ポークビーンズ」を取り入れた献立です。

★11月17日(火)日本の郷土料理～愛知県～★

平たい薄い麺である「きしめん」、愛知県で多く食べられている「手羽先」、生産量全国第一位であるキャベツを取り入れた献立です。

★11月30日(月)東京都の郷土料理★

江戸の下町の郷土料理、あさりを使った「深川飯」と、柳川鍋を学校給食向けにアレンジした「ごぼうの柳川」、東京生まれの野菜、小松菜を取り入れた献立です。

給食レシピのご紹介～フレンチサラダのドレッシング～

子どもたちからよく「フレンチサラダのドレッシングの作り方が知りたい!」と声をかけられます。是非ご家庭でも作ってみてください。

【材料(10人分)】

- ・たまねぎ(おろす) 5g
- ・サラダ油 大さじ1と小さじ1(18g)
- ・酢 大さじ1(14g)
- ・塩 小さじ2/3(4g)
- ・こしょう 少々
- ・砂糖 小さじ1(4g)
- ・からし粉 少々

(なければ練りからしでもかまいません)

【作り方】

- ①からし粉は水(分量外)で溶いておく。
 - ②サラダ油以外の材料全てを混ぜ合わせ、サラダ油を少しずつ加える。
- ※給食では衛生基準により、ドレッシングを加熱しています。
加熱すると酸味がまろやかになります。

