

# 11月給食だより

令和元年10月31日(木)

中野区立桃園第二小学校

校長 山崎 義弘

栄養士 鈴木 瑞代

秋が深まってきました。今月は23日に勤労感謝の日があります。農業、漁業、畜産業などにかかわっている人や配送をしたり食事をつくったりする人など、いろいろな人たちのおかげで、毎日食事をすることができます。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★



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



献立を考えて  
くれる人



食べものを  
売ってくれる人



給食費を  
はらってくれる人



食事の  
あいさつ

「いただきます」  
「ごちそうさま」



給食を作って  
くれる人

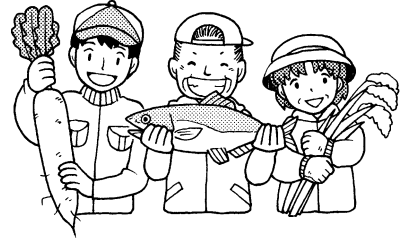
食べ物を食べるということは、動植物の命をいただくことにもつながります。その食べ物をいただくことや、料理をしてくれた人に感謝の気持ちを込めて、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを忘れないようにしましょう。

# じばさんぶつ た 地場産物を食べよう！

わたしのすむちいきでつくられるじばさんぶつをし、せいさんしゃひとどりよくみちかかんに感じてみましょう。また、ぜひ各家庭の食卓にも積極的に取り入れていきましょう。

～11月使用予定 東京都産の食材～

こまつな さといち だいこん  
小松菜、里芋、キャベツ、大根、ながねぎ、  
にんじん、ブロッコリー、カリフラワー、かぶ、  
ほうれんそう、ムロアジ、あしたば など



～おしらせ～

11月28日(木)、29日(金)と、中野区役所ロビーにて学校給食展示会を行います。「東京の食文化～給食から地産地消、郷土料理を考える」をテーマに、東京都で生産されている食材や、東京都に伝わる郷土料理について紹介します。実際に中野区内の小中学校で提供されている給食も展示しています。桃二小の給食は、29日に展示されます。ぜひご覧ください。※両日とも9:00～17:00の展示です。

## がっ こんだて 11月の献立より

### ★11月5日(火) イギリス料理献立★

9月20日から開幕しているラグビーワールドカップ。11月2日はついに決勝戦です！5日(火)の給食はラグビー発祥の地、イギリス料理の献立です。フィッシュアンドチップスはイギリスの代表的な料理で、白身魚のフライにポテトフライを添えたものです。イギリスではファストフードとして親しまれています。イングランドの代表が決勝戦に出場しています。5日の給食は決勝戦やワールドカップの大会をふり振り返りながら食べてください。

### ★11月28日(木) 東京都島しょ地域の郷土料理★

28日は東京都島しょ地域の郷土料理の献立です。伊豆諸島や小笠原諸島は、私たちが住む中野と同じ東京都です。ムロ節ごはんは、腐りやすいムロアジを保存性を高めるために燻製した「ムロ節」をご飯と合わせた、八丈島の郷土料理です。たたき揚げは新島・式根島の郷土料理です。ムロアジをミンチにし、みそやしょうがで味付けをして練った状態を「たたき」と呼ばれています。これを油で揚げたさつま揚げのようなものが「たたき揚げ」です。他にも、伊豆諸島で生産されている明日葉やさつまいも、寒天を取り入れた献立となっています。