

給食だより

令和7年度 11月号

氷見市学校給食センター

◇今月は「富山県食育推進月間」です。地元農産物や県内産食材を積極的に使用します。

「食欲の秋」「馬肥ゆる秋」といわれるように、秋はおいしいものがたくさん出回ります。初秋の頃は暑い夏の間に失われたビタミンやミネラルを多く含む、果実やきのこが旬を迎えます。そして、秋が深まるにつれ、エネルギー源であるでんぷんや脂質を多く含んだいもや根菜、種実、脂ののった魚は旬を迎え、冬の寒さに備えようとします。「みのりの秋」を給食でも子どもたちに伝えていきたいと思っています。

11 和食文化を伝えよう



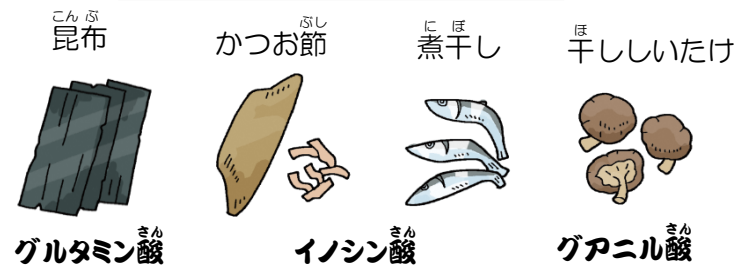
食育ピクトグラム⑪ 和食文化を伝えよう

11月24日は「いい日本食」で、「和食の日」です。2013年12月に、「和食」が、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化とは、目に見える形では残らないため、私たちが日々の食生活を通じて未来へと伝えていくことが重要です。



和食の基本「だし」

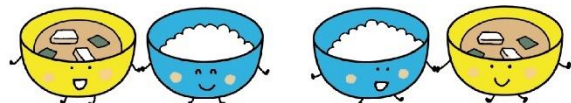
だしの材料と三大「うま味」成分



日本のだしは、お吸い物やみそ汁、煮物等の和食のベースになります。様々なおいしい和食を食べて、だしを味わいましょう。給食でも料理に合わせて「だし」の種類を変えています。

和食クイズ 和食クイズに挑戦してみましょう。

1 配ぜんする時のごはんのみそ汁の位置はどちらが右でどちらが左？



2 調味料を加える順番の「さしすせそ」の「せ」は何？



9 産地を応援しよう



食育ピクトグラム⑨ 産地を応援しよう

産地を応援する第一歩は、「地産地消」です。「地産地消」とは、地域で生産されたものを地域で消費する取組です。地域の活性化はもちろんのこと、輸送距離が短くなるため二酸化炭素の排出量を減らすことができ、環境負荷の低減にもつながります。

学校給食とやまの日・ひみの日：13日

11月の「富山県食育月間」に合わせて、氷見市や富山県内でとれた食材を積極的に取り入れた給食を実施します。

〈氷見産食材〉米、ねぎ、さつまいも、人参、小松菜

ゴーセイな日：26日

富山県の呉西地区・6市でとれた食材を、特別に組み合わせ、呉西(ゴーセイ)な給食を実施します。

〈氷見産食材〉氷見放牧豚、氷見うどん、りんご果汁



絵本とコラボ ～11月のおはなし献立～

10月に引き続き、読書週間に合わせた「おはなし献立」を実施します。

4日「やきざかなののろい」

作・塚本やすし

5日「にくにくしろくま」

作・柴田ケイコ



今月の「味めぐり」

11月「鳥取県」



鳥取県は北に日本海、南は中国山地の山々に囲まれた自然豊かな県で、国内最大規模を誇る「鳥取砂丘」があります。今回の給食では、豆腐を炒める音が雷の音に似ていることから名前がついた「どんどろけ飯」や「いわし団子」のみそ汁、「梨」ゼリーが登場します。