

食育だより



令和6年度11月発行
琴浦町立学校給食センター

11月は実りの秋が出揃うだけでなく、7日「立冬」、8日「いい歯の日」、23日「勤労感謝日」、24日「和食の日」など、食にまつわる日が多くあります。自然の恵みと多くの方々の働きについて改めて考え、感謝して食べましょう。

「いただきます」「ごちそうさま」 の意味を知ろう!

大切なものを
「頂く」「戴く」



昔の人は、大切な物をもたらしたときに、感謝の気持ちを表すために、もらった物を頭の上ののせるしぐさをよくしました。「頂く」は、このことが元となって生まれた言葉と考えられています。

「命」をいただく



「いただきます」というあいさつは、食事ができることへの感謝の気持ちと同時に、食べ物となったすべての命に「ありがとう、感謝しておいしく食べます」という思いから生まれた言葉です。

人々の働きに
「ごちそうさま」



「ごちそうさま」は漢字では「御馳走様」と書き、「かけまわる」という意味があります。まるでかけまわるかのように熱心に、食事の用意をしてくださった方々のご苦労をねぎらう言葉です。

11/1 (金) は『読書週間献立』

【11月1日(金)の献立】

ごはん 男子☆弁当部のビビンバ風
たまご焼き ちゅうかスープ 牛乳



『男子☆弁当部 オレらの友情てんこもり弁当』
イノウエミホコ・作 東野さとる・絵

小学校5年生のソラ・タケル・ユウタの3人が、ひょんなことから弁当部を結成し、弁当コンクールに挑む物語です。この本の中で、3人が作った「ビビンバどん弁当」をもとにした和え物と、本の最後にも紹介されている弁当の定番料理、たまご焼きを給食に取り入れました。物語中のビビンバどん弁当は、火を使わずに電子レンジだけで作る方法が紹介されています。読書のあとは、料理にチャレンジしてみませんか？

11/7 (木) は『琴浦Myスター☆給食』

今年度2回目の「琴浦My☆スター給食」は、琴浦の秋の味覚満載！子どもたちが食を通して琴浦町に誇りと愛着をもち、ふるさとを大切にはぐくむことを目標とした献立です。ご家庭でも給食を話題に、家族のコミュニケーションを深めていただければ幸いです。

【11月7日(木)の献立】

磯の香おこわ 「とっとり琴浦グランサーモン」をはじめ、海辺の町琴浦町ならではの海の幸たっぷりの混ぜ込みおこわです。
いりどり 町産の鶏肉と根菜を、大釜でじっくり炊き合わせます。
立冬ふきよせ汁 11/7の立冬に合わせ、町産野菜とあごちくわ、もみじ麩を入れ、秋の深まりをイメージしたすまし汁です。
ミニトマト 白バラシュークリーム 牛乳

【琴浦町産の食材】

とっとり琴浦グランサーモン、鶏肉、あごちくわ、人参、大根、里芋、白ねぎ、ミニトマト、シュークリーム、パスタライズ牛乳

※11/8(金)・9(土)の鳴り石ヘルシーランチ弁当に、給食とのコラボメニューが登場します。11/6(水)までにご予約の上、ぜひご賞味ください！
電話：090-7378-4207(岩崎さん まで)

