

給食だより

令和4年11月2日(水)

No. 7

川崎市立虹ヶ丘小学校
校長 井上 恵子
学校栄養職員 笠井 美沙子

朝晩はひときわ冷え込むようになりました。10月は食品の値上げが6500品を超え、年内最多となったそうです。小麦や食用油、乳製品の値上げがパンやドレッシング、チーズなどの値上げにつながっていて、給食費を値上げする自治体も出てきています。食材価格の高騰が今後も続くようであれば給食への影響もますます心配です。一刻も早い食材価格の安定化を願います。

11月 給食のお知らせ

季節の食品や、寒い時期なのであたたかい汁ものをできるだけ多く取り入れるようにしました。

季節の食品 ほうれん草 小松菜 大根 白菜 里芋 さつま芋 長ねぎ えのきたけ
しめじ エリンギ みかん りんご

なら茶めしは旅人の人気メニュー！？

なら茶めしは大豆や小豆、栗などを入れ、お茶で炊いたごはんです。もともとは奈良の東大寺や興福寺で食べられていました。

江戸時代、川崎は宿場町として栄えた大きな町でした。そこにあった万年屋という茶屋で名物として提供されていたそうです。江戸時代の旅は今とは違って、歩いて旅をしました。朝早く江戸(今の東京)を出て、多摩川を越えると

川崎につきます。一休みするのにちょうどよい場所だったので、

このなら茶めしがとても人気となり、川崎の名物になりました。

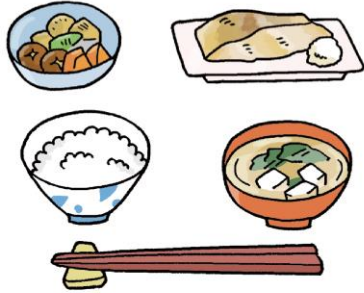
給食ではそれをアレンジして、精白米と十穀米、いり大豆をあわせてしょうゆを加えて炊き、白いりごまでつくったごま塩を

かけていただきます。毎年給食で取り上げており、今では

「川崎市の郷土料理」の一つとして紹介されることもあります。

11月24日は和食の日

日本には豊かな自然があり、各地で地域に根差した多様な食材が用いられています。そして一汁三菜を基本とした栄養バランスのよい食事です。自然の美しさや季節を表現し、年中行事とも深くかかわっています。この日は、和食や日本人の伝統的な食文化について考えてみましょう。



和食の日にちなんで、24日は和食の献立を実施します！

11月24日（木）

- ・ごはん
- ・焼きのり
- ・牛乳
- ・すき焼き煮
- ・みそ汁



勤労感謝の日に 思いを伝えよう

ありがとう



11月23日は勤労感謝の日です。勤労感謝の日は、「勤労をたつとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日と定められています。身近な人たちに感謝の気持ちを伝えてみませんか？

知っておきたい 食育ワード

地産地消

地域で生産された食材をその地域で消費することです。生産者と消費者が近いため、生産過程を確かめられたり、新鮮な食材を入手できたりします。

給食に込めている思い
給食は成長期のみなさんの発達のために、栄養バランスのよい豊かな食事となるように献立を考えています。また地産地消に取り組んだり、地域の郷土料理や行事食を出したりすることで、地域の文化や伝統についても学んでほしいと思っています。

11月分家庭配布献立表の訂正

お配りした11月の献立表に不備がございました。

11月25日（金）のミネストローネにパセリ 0.5g を使用しますが、食材の記載がありませんでした。川崎市ホームページは追記したものを掲載しています。