



こめっこ

～学校給食だより～



令和6年(2024年)11月号

秋の深まりが感じられる季節になりました。朝晩は肌寒く、日によって気温の差が大きくなり、体調管理に気をつけたい時季でもあります。栄養たっぷりの旬の食材をバランスよく食べて、毎日元気に過ごせるように、規則正しい生活を心がけましょう。

感謝の気持ちを伝えよう

「いただきます」

食材となった自然の恵み、生き物の命をいただくことへの感謝を表す言葉です。



食事のあいさつには、それぞれどんな意味があるかご存じですか？日本人は昔から何事にも感謝する姿勢を大切にしてきました。毎日心を込めて言えるといいですね。

「ごちそうさま」

食事を作るために関わった人たちへの感謝の気持ちが含まれています。



いい にほんしょく

11月24日は

わ しょく ひ

和食の日

「和食:日本人の伝統的な食文化」はユネスコ無形文化遺産に登録されています。学校給食では、米飯を主食とした和食を中心に、行事食や郷土料理を取り入れ、子どもたちに伝統的な食文化を伝えています。

給食では25日(月)に「和食の日献立」を計画しています。



国際交流献立

CHINA

米子市と中国の保定市は1991年10月13日に友好都市締結を行い、交流が始まりました。今年も中国の料理を取り入れた「国際交流献立」を計画しています。中国の食文化を体験してみましょう！

11月20日(水)の献立

- ・米飯
- ・牛乳
- ・咕老肉(ゲーラオロー)
酢豚。「咕老」は『甘酢あんかけ』という意味。
- ・拌三絲(バンサンズー)
食材を「糸のように細く千切りにした」和え物。
- ・蛋花湯(ダンファタン)
卵を黄色い花に見立てた中華風の卵スープ。

たくさんのご応募ありがとうございました！

小学校4年生から中学校3年生までの児童生徒のみなさんを対象に「こめっこ献立～ふるさとの食べ物を使った料理～」を募集しました。今年度も故郷への愛情が伝わる、素敵な料理、**1784点の応募**がありました。この中からいくつかの料理を選び、全国学校給食週間のある1月を中心に、3学期の献立に取り入れる予定にしています。

ホットライン給食

●日々の給食写真や人気メニューのレシピを(一財)米子市学校給食会のHPでご覧になれます。