



こめっこ

～ 学校給食だより ～



令和4年(2022年)11月号

秋も深まり、大山の紅葉も見ごろを迎える季節になりました。日によって寒かったり暖かかったりと、気温の差が大きくなり、体調管理が難しくなる時期でもあります。毎日元気に過ごせるように、適度な運動やバランスの良い食事と休養をとり、規則正しい生活を心がけましょう。

いい にほんしょく 11月24日は 「和食の日」

11/24 の給食

- ごはん 牛乳
- シルバーの照焼
- 干草和え
- 弓ヶ浜味噌汁

和食の日は、2013年に和食:日本人の伝統的な食文化がユネスコ無形文化遺産に登録されたことをきっかけに、日本人の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護、継承の大切さについて考える日として制定されました。

給食では、ごはん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、子供たちに伝統的な食文化を伝えています。



世界に誇れる 和食文化

和食の特徴

①多様で新鮮な食材と素材の味わいを活用 	②バランスがよく、健康的な食生活
③自然の美しさの表現 	④年中行事との関わり



ワールドカップ給食



11月21日(月)の献立

- ・**パエリア**【スペインに伝わる魚介が入ったピラフです。サフランを少し入れて本場のパエリアを再現します。】
- ・**フランクフルト**【ドイツのフランクフルト発祥の大きなソーセージです。ケチャップソースがかかっています。】
- ・**エンサラディージャ・ルサ**【ビーツ(赤カブ)が入ったコスタリカでよく食べられるポテトサラダです。】
- ・**豆乳プリンタルト**【スペインで食べられるクレマタラーナというお菓子をイメージしたデザートです。】

11月20日からカタールで行われる2022FIFA ワールドカップに合わせて日本の対戦国である**スペイン、ドイツ、コスタリカ**の料理を計画しています。それぞれの国でよく食べられる料理を給食にアレンジします。

対戦国の料理を食べて応援しよう!

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でご覧いただけます。

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、**約1500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月から3月の献立に取り入れる予定にしています。