

給食だより



平成26年11月
さいたま市立上大久保中学校
毎月19日は食育の日

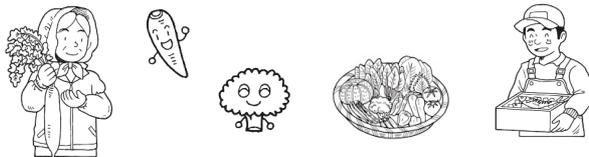


彩の国ふるさと学校給食月

埼玉

埼玉県では11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」とし、地元で収穫される食材や郷土食への理解をとおして郷土への関心を深め、伝承する気持ちを育てることに努めています。埼玉県ではいろいろな農作物が作られていて、小松菜、ブロッコリー、くわいは全国でも1、2位の生産量があります。私たちの住んでいるさいたま市でも、さつまいもやさといも、小松菜の生産が盛んです。

地場産物を食べよう！



地域で生産したものを地域で消費するという意味を持つ「地産地消」という言葉を聞いたことがありますか？地産地消は、安心安全で新鮮なものが食べられるだけでなく、食糧自給率の向上にもつながります。

- ①土地の気候にあったものを新鮮なうちに食べられる。
- ②身近に採れる旬の食材は、新鮮で栄養価も高い。
- ③産地がわかる、生産者の顔がわかるので安心。という良いところがあります。

新米を食べよう！

11月、12月はさいたま市で収穫された新米を給食で使用し、そのうち月に2回は桜区の農家さん(榎本さん・波田野さん)のお米を使ってご飯を炊きます。地元で生産されたおいしい新米を味わいましょう。



完食週間

今年度は11月17日(月)～21日(金)に完食週間を実施します。クラスごとに給食の残食量を計量し、発表します。

全校で一位になったクラスは、1月の献立で一日分の給食をリクエストできます。クラスみんなで協力して、がんばってください。

感謝の気持ちを表す「いただきます」と「ごちそうさま」

心をこめて、「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをしましょう

「いただきます」には、「私の命をつなぐために、生き物の命をいただきます」という意味が含まれています。

いただきます！



「ごちそうさま」は、漢字で「ご馳走様と書き、「馳走」は「走り回る」という意味です。「この食事を作るために、食べ物を育てたり、集めたり、料理をしたり、あちこち走り回っていただきありがとうございました」という意味が含まれています。



私たちの食生活は、食べ物の命と、食べ物を作ったり取ったりしてくれる人や、食べやすく加工や料理をしてくれる人など、たくさんの人に支えられて成り立っています。食事の際は、いつも感謝の気持ちを忘れずに、よく味わって食べましょう。