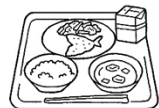


11月 給食だより



令和6年11月 甘楽町学校給食センター

朝夕冷え込む日が多くなり、体調をくずしかぜなどをひく人も増えてきています。かぜの予防には規則正しい生活と、外から帰ってきたときや食事の前の手洗い・うがいを忘れないことが大切です。11月は秋の実りが出そろそろ時期です。自然の恵みと多くの方の働きに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!

食事をする前の「いただきます」と食事が終わった後の「ごちそうさま」というあいさつには、いったいどんな意味があるのでしょうか?

大切なものを「頂く」「戴く」

「いただきます」の「いただく」は、「食べる」や「もらう」の言い換えです。漢字では、「頂く」「戴く」と書きます。昔の人は何か大切なものをもらったときに、もらったもの頭の上にのせるしぐさをよくしました。「いただく」はこのことから生まれた言葉だと考えられています。

「命」をいただく

私たちがいただく食べ物には、すべてもとをたどれば生き物です。食べ物となる動物や植物にも大切な命があります。「いただきます」というあいさつには、食事ができることへの感謝の気持ちと同時に、食べ物となつたすべての命に「ありがとう、感謝していただきます」という言葉でもあるのです。

ひとびと ほかの 人々の働きに「ごちそうさま」

「ごちそうさま」を漢字で書くと「ご馳走様」となります。「馳走」には「かけまわる」という意味があります。「ごちそうさま」というあいさつには汗を流して食べ物を集め、かけまわるようにして食事の用意をして下さつた人たちの苦勞をねぎらい、感謝する気持ちが込められています。

給食物資の寄付をいただきました。「甘楽しょうゆ」

甘楽しょうゆは、甘楽町の畑で農薬や肥料を使わず自然栽培で育てた大豆と麦をつかって作った本格的天然醸造しょうゆです。福島地区の田中安子さんより寄付していただきました。11月の献立で随時使用していきます。お楽しみに♪



「ぐんますきやきの日」を知っていますか?



11月29日(いいにくの日)は、「ぐんますき焼きの日」です。群馬県は、すき焼きの食材が全て県産でまかなえる「すき焼き自給率100%」の県です。群馬県産の食材は…全国で高い評価を受ける上州牛・上州和牛、日本の生産量の9割以上を占めるこんにゃくも、伝統野菜の下仁田ねぎ、他にもしいたけ、白菜、春菊などの多彩な野菜があります。

今月の地場産物

献立表とあわせて見てください!



今月の甘楽富岡地区でとれた食材は・・・
米、さつまいも、とうがん、にんじん、だいこん、こまつな、じゃがいも、さといも、にら、きゅうり、しいたけ、ねぎ、下仁田ねぎ、ごぼう、青パパイアです。
太字は、有機野菜も使用します。

11月27日のおはなし給食「おいしそなしろくま」



くいしんぼうのしろくまくん。「たべものの中に入ってみたら、どんなかんじかな?」と、想像の世界で実際に“中に入ってみる”しろくまんです。ごはんの中に入ってみる。みそしるの中に入ってみる。コロックやすし、おでん、チョココロネ。かわいくて、面白い、幸せそうなしろくまくんから目がはなせません。

出版社：PHP研究所 作・絵：柴田ケイコ

給食レシピ

パンにはさんでボリューム満点!

スラッピージョー

11/25の給食です!

【4人分】		作り方	
豚ひき肉	180g	① たまねぎ、にんじん、水煮大豆は粗目のみじん切り。	
たまねぎ	中 1/2 個		② フライパンに油を入れ、豚ひき肉を炒める。肉の色が変わったら、たまねぎを入れて炒め、たまねぎが透き通ってきたらにんじん、大豆を加えてさらに炒める。
にんじん	1/2 本		
水煮大豆	大さじ3	③ ★の調味料を加えて、よく混ぜ合わせ、風味づけにバターを入れる。パン粉を少しずつ加えて混ぜ、なじませる。全体に熱が行き渡ったら、できあがり。	
パン粉	大さじ2と2/3		★マスタード 0.4g (少々)
バター	4g		
サラダ油	適量	★砂糖 小さじ1強	

*パンにミートソースのような具を挟んで食べるアメリカ発祥の料理です。スラッピーとは、だらしない、汚れている、なまけものなどの意味があります。

【11月の献立紹介】

- 11/22 「きのこジャンバラヤ」は、群馬県産きのこ料理コンクールへ応募した甘楽中2年の清水空麗(しみずすら)さんの考えた献立です。給食センターでは、県産きのこ消費推進に取り組み、積極的に使用しているため、今回コラボしました。
- 11/25 「野菜コンソメスープ」は、福島小2年生が「野菜を食べよう」というテーマの食育の学習で、みんなが食べることのできる野菜スープを考えました。

お楽しみに♪