

給食だより 11月

暦の上では冬に入り、日に日に秋の深まりを感じる頃となりました。

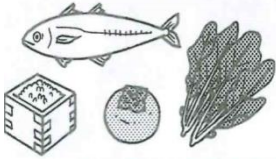



さて、11月24日は『いい日本食』で『和食の日』です。日本の伝統的な和食文化の大切さについて考える日にしましょう！

守っていきこう！！私たちの「和食文化」



～和食文化の特徴～



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

和食文化の特徴は、

- ①地域に根ざした多様な食材を用いて素材の味わいを活かす調理技術・調理道具が発達していること。
- ②一汁三菜を基本とする理想的な栄養バランスであること。
- ③自然の美しさや四季の食事の場で表現すること。
- ④年中行事と密接に関わっていることなどです。

「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。和食文化を知り、日々の食生活に取り入れて受け継いでいきましょう！



感謝して給食を食べよう

給食が出来るまでに、どんな人が関わっているかを想像したことがありますか？

食べ物を育ててくれる農家の人、食べ物を運んでくれる運送業者、献立を考える栄養士、給食をつくる調理員など、多くの人が関わっています。このような人々に感謝をしながら、残さず食べるようにしましょう。

11月5日(月)から給食コンクールが始まります！！

11月5日(月)から11月16日(金)にかけて、給食コンクールを実施します。

いつも給食を作ってくれる人や、給食に関わっている人たちに感謝を表すために実施します。なるべく残さず給食を食べて、病気になりにくい体を作りましょう！！

