

# いただきます

豊浦町学校給食センター  
給食だより 2020年11月



## 11月24日は『和食の日』

日本には豊かな自然があり、各地で地域に根差した多様な食材が用いられています。そして一汁三菜を基本とした栄養バランスのよい食事である日本の美しさや季節を表現し、年中行事とも深く関わっています。この日は、和食や日本人の伝統的な食文化について考えてみましょう。

食事のあいさつってどんな意味があるの？



かかわった人や命への感謝が込められているよ



いただきます

食べ物のもとと生きた動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。

ごちそうさま

漢字で『ご馳走さま』と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうという意味です。

ありがとう

勤労感謝の日

11月23日は勤労感謝の日です。勤労感謝の日は、『勤労をたつとび、生産を祝い、国民をたがいに感謝しあう』日と定められています。身近なひとたちに感謝の気持ちを伝えてみませんか。



学校給食は多くの人がかかわっています

学校給食は、栄養教諭が献立を考え、調理員さんが給食をつくります。また、使われる食材は農家さんや漁師さん、畜産農家さんなどの生産者が育てたりとったりしたものを運送業者さんが運びます。このように多くの人の力によって、学校給食はみなさんのもとに届けられます。苦手なものなどあるかもしれませんが、感謝して食べてみませんか。

☆11月24日(火)の献立

赤飯 具だくさん汁 ほっけの和風フライ 牛乳



日本の食文化を知ろう『赤飯とは?』



- 昔は、赤という色には災いを避ける力があると信じられていました。魔除けの意味を込めて、祝いの席で赤飯がふるまわれたのが始まりです。現在でも、お食い初めや七五三、様々なお祝いの際に食べられます。
- 現在では、勤労感謝の日とされている11月23日は、『お赤飯の日』でもあります。古くは、お赤飯の起源と言われる赤米等の五穀をその年の収穫に感謝を込めて奉納した日とされています。

豊浦中学校1年生が考えた献立

家庭科の時間に考えた献立が11月13日(金)に登場します。  
五目うどん さつまいもの天ぷら ヨーグルト 牛乳  
～こんだてのポイント～

バランスを考えたこと。あたたまるものを取り入れた。

