

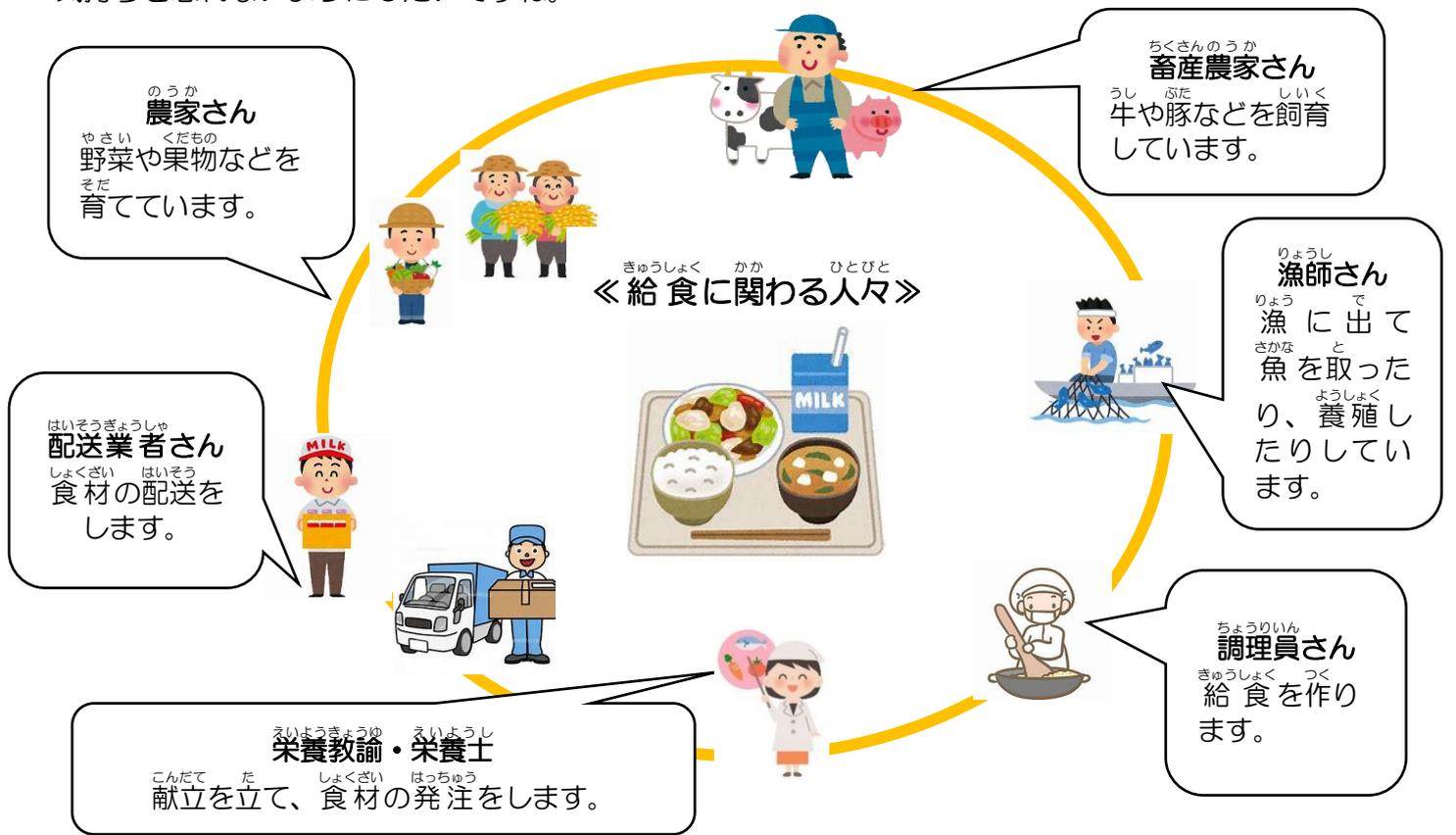
11月給食だより

令和6年10月30日
江戸川区立西小岩小学校
校長 大野 知子
栄養教諭

11月の給食目標

感謝の気持ちで食事をしよう

11月23日は、勤労感謝の日です。私たちが毎日生活できるのは、数多くの人たちの働きがあるからです。みなさんが食べる、1食の給食も、多くの方々の協力や苦勞があってできています。食事があつたことを当たり前だと思わずに、毎日の食生活を通して、みんなで食べられることへの感謝の気持ちを忘れないようにしたいですね。



「いただきます」は、命への感謝

自然の恵みや、私たちの命をつないでくれる大切な食べ物に感謝する気持ちを表します。

「ごちそうさま」は人々への感謝

食材を作ってくれたことへの感謝、調理してくれたことへの感謝など、食にまつわる全てへの感謝が含まれています。

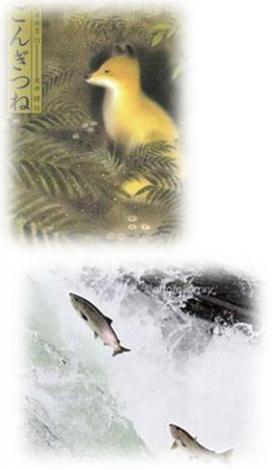
苦手な食べ物が目の前に登場した時にも思い出してみてください。一口でも食べてもらえると嬉しいです。

きょうか きゅうしょく
教科コラボ給食について

がつなか じゅういちにち きょうか きゅうしょく だ
11月7日と11日に、教科コラボ給食を出します。

なのか(木)は、4年生の「ごんぎつね」に出てくる“いわし”“栗”松茸の代わりに“しめじ”を使った給食を出します。これらは、ごんが兵十のために届けた食材です。私自身も4年生の時に読んで、ごんの思いとごんの思いに気がついた時の兵十の気持ちに涙しました。給食では、栗としめじを秋いっぱいごはんに使ひ、いわしはから揚げにして出します。

11日(月)は、2年生の「サケが大きくなるまで」とのコラボ給食です。このお話は、サケが産卵するために命をかけて川を上り、その命がどのようにつながれていくのかが書かれているサケの力強さ、生命力を感じるお話です。給食ではシンプルにサケの照り焼きを出します。命をいただくことのありがたみを改めて感じてもらえたらと思います。



こまつな いっせいきゅうしょく
小松菜一斉給食について

こまつなくん



11月19日(火)は、小松菜一斉給食の日です。この取り組みは、子どもたちが食環境や農業への理解を深めるきっかけとなることを願って行われていて、小学生は1人30gの小松菜がJA東京スマイルより無償で提供されます。小岩地区(小学校9校、中学校4校)では、毎年栄養教諭・栄養士が考案した共通のメニューを実施しています。今年は小松菜ピリ辛チャーハン、小松菜揚げぎょうざです。この日をきっかけに、地産地消の良さを改めてお子様と話してみてください。

いい
にほんしょく
ひ
の日に
ついて

11月24日(日)は、「1124」とかけて「和食の日」です。ユネスコ無形文化遺産にも登録されている世界に誇る和食。和食の「たくさんの食材とその味わいを生かした調理法」「栄養バランスの良さ」「四季を生かした盛りつけと器」「行事食や自然の恵みに感謝する心」という特徴が、世界にも認められました。給食では、24日(日)はお休みため、22日(金)に、おかかごはん、肉じゃが、大根のみそ汁、みかんを出します。この日をきっかけに、改めて和食の良さを知り、日々の食生活に生かしていただけただら嬉しいです。



かいこうきねん
開校記念
きゅうしょく
給食に
ついて

12月1日(日)は、西小岩小学校の開校記念日です。西小岩小学校は昭和11年の12月1日に開校し、今年で88周年となります。長い歴史のある西小岩小学校の記念日をみんなで祝いましょう！この日に合わせて給食では、11月29日(金)にお祝い献立として、祝いずし、牛乳、和風チキンハンバーグ、すまし汁、みたらし団子を出します。



こんげつ きゅうしょく
今月の給食

旬の食材 魚:サケ ししゃも など 穀類:新米

野菜:ごぼう キャベツ れんこん ブロッコリー 大根 など 果物:みかん など

行事食 教科コラボ給食:秋いっぱいごはん 牛乳 いわしのから揚げ ごまあえ 生揚げのみそ汁

(4年 国語科 ごんぎつね)

鶏ごぼうごはん 牛乳 サケの照り焼き キャベツとエノキのおひたし さつまい

(2年 国語科 サケが大きくなるまで)

小松菜一斉給食:小松菜ピリ辛チャーハン 牛乳 小松菜揚げぎょうざ 五目スープ

和食の日給食:おかかごはん 牛乳 肉じゃが 大根のみそ汁 くだもの:みかん

セレクト給食 スパゲティミートソース 牛乳 ひじきサラダ スイートポテト か チョコブラウニー