



給食だより11月



平成29年10月31日
大田区立大森第三中学校

日暮れが早くなり、秋の深まりが感じられるようになりました。新米や秋の野菜、果物などもおいしさを増してきています。給食でも11月から新米を使い始める予定です。お米を育ててくれた農家の方々に感謝の気持ちを込めて味わいながらいただきたいですね。

11月の給食目標

感謝して食事をしよう

感謝の心を持っていただきましょう



食べ物の命にも感謝！

11月23日は「勤労感謝の日」です。私たちの食生活は、多くの人や物に支えられて成り立っています。

感謝の気持ちを表す「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつを心を入れて行い、食事を大切にいただきましょう。



世界に誇る、日本人の伝統的な食文化「和食」

食生活の多様化により、和食離れが進んでいるといわれる中、平成25年12月に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録決定し、話題になりました。

ここでいう「和食」とは料理そのものではなく、自然を尊重する心に基づいた食べることに関する日本人の習わしであり、右の4つが特徴としてあげられています。

「和食」の特徴	
<p>多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重</p>	<p>健康的な食生活を支える栄養バランス</p>
<p>自然の美しさや季節のうつろいの表現</p>	<p>正月などの年中行事との密接な関わり</p>

給食では、旬の食材を使った和食を中心に、行事食や郷土料理を献立に取り入れ、和食文化の魅力を伝えていきたいと思えます。