



給食だより 11月号



発行 令和3年10月

横浜市立奈良小学校
校長 大河内 裕子
栄養職員 麻生 菜月

朝晩の冷え込みが激しくなり、少しずつ冬の訪れを感じる頃となりました。これからやってくる本格的な冬に向けて、食事をきちんととり、寒さに負けないように丈夫な体づくりを心がけていきましょう。

～11月の献立について～

- 地産地消月間にちなんだ献立を多く取り入れました。
- はま菜ちゃん料理コンクール受賞作品を取り入れました。(AZUMA 風だいこんスープ)
- 神奈川県産の郷土料理を取り入れました。(けんちん汁)
- 旬の食品を多く取り入れ、季節感が味わえるように工夫しました。
(さけ、さば、さつまいも、さといも、えのきたけ、エリンギ、しめじ、キャベツ、こまつな、だいこん、はくさい、ブロッコリー、かき、りんご)

<11月 奈良小の給食についてお知らせ>

☆1日(月) 学校給食基準献立予定表には記載がありますが、運動会代休日のため、給食はありません。

☆10日(水) 基準献立の「AZUMA 風だいこんスープ」に、横浜市内産キャベツ、だいこんを使用します。



☆17日(水) 基準献立に、秋が旬のぶどうのジュースを使用した、「白ぶどうゼリー(手作り)」を追加します。



• 白ぶどうゼリー … 白ぶどうジュース、アガー、砂糖、水

☆11日(木)

☆16日(火)

☆22日(月)

基準献立の「みそ汁」に、神奈川県産みそ 津久井を使用します。

☆22日(月) 基準献立の「ひじきごはんの具」に、神奈川県産芽ひじきを使用します。

※献立内容については変更になる場合もあります。

ご不明な点等ございましたら、栄養職員までご連絡をお願いいたします。

給食相談員の学校訪問がありました

10月13日(水)に、よこはま学校食育財団の給食相談員による学校訪問がありました。学校訪問は主に、食育財団が取り扱っている物資の調査・調理業務など学校給食に関する情報交換を行うためのものです。横浜市の小学校では、年に1回実施しています。

よこはま学校食育財団のホームページでは、学校訪問時の本校の給食についてご紹介していますのでご覧ください。

《アクセス方法》

検索欄で、「よこはま学校食育財団」で検索

- ホームページ → メニュー → 食育ひろば → 食育の推進
- 作ってみよう！給食の献立 → 学校給食の献立紹介（学校編）
- 青葉区 → 奈良小学校



11月は地産地消月間です！

「地産地消（ちさんちしょう）」とは、

「地域で生産された食べ物を、地域で消費する」

取り組みのことです。

地産地消の良いところはたくさんあります。

住んでいる地域でとれた食べ物（地場産物）は、他の地域の食べ物と比べて遠くから運ばないため、比較的安く、新鮮でおいしく、安心して食べることができます。また、近くで作っていることで、作った人の顔を知ることができます。

横浜市内では「こまつな」「キャベツ」「だいこん」「梨」などの色々な作物が作られています。市内各地に直売所があり、買うこともできます。また、11月の給食では、地産地消の取り組みとして神奈川県産のひじきやみそ、横浜市内産のだいこんやキャベツを使用します。

ご家庭でも「地産地消」を意識して、食材を選んでみてはいかがでしょうか？

