

ぱくぱく



令和 2 年 11 月 10 日

よこはましりつとよだしょうがっこう
横浜市立豊田小学校

インフォメーション 11月

わたしたちは食事からエネルギーや栄養素を補給して、成長したり活動したりしています。
わたしたちは自然の恵みをいただいています。感謝の心をもって食べてほしいと思います。

11月の献立



* 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(AZUMA風だいこんスープ)

※この献立のキャベツ・だいこんはJ A 横浜から横浜産を納入していただきます。

・神奈川県かながわけんの郷土料理きょうどりょうり(けんちん汁)

・横浜産農畜産物 P R キャラクター「はま菜ちゃん」を紹介する献立

* 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・さといも・さつまいも・えのきたけ・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・みかん・りんご)

* 献立変更



11日 ロールパン・牛乳・ソース焼きそば・中華あえ・みかん

→米粉ロールパン・牛乳・ソース焼きそば・中華あえ・みかん

5年生の社会の学習で「米の消費量が減っているため、増やすにはどうしたらよいか」と

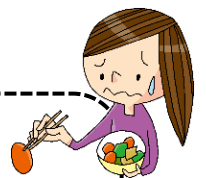
考えた結果、給食に米粉のパンを取り入れて欲しいとのお願いがありました。11月は食量自給率について考えて欲しい月でもあるので、国産の米粉で作られたロールパンを給食に出します。

12日 ごはん・牛乳・生揚げと豚肉のみそ炒め・茎わかめスープ

→ごはん・牛乳・生揚げと豚肉のみそ炒め・茎わかめスープ・りんごゼリー

※4日に提供予定だった【りんごゼリー】を提供させていただきます。

10月の給食をふりかえって



☆残りの少ない献立☆

- | | | |
|----|------------|------------|
| 1位 | じゃがいもの炒め物 | 0.4% (2人分) |
| 1位 | 大豆とじゃこの炒り煮 | 0.4% (2人分) |
| 3位 | 肉じゃが | 0.6% (3人分) |

★残りの多い献立★

- | | | |
|----|-------|------------|
| 1位 | ごま酢あえ | 11% (55人分) |
| 2位 | きんぴら | 8% (40人分) |
| 2位 | ふくめ煮 | 8% (40人分) |

※ご飯・パン・牛乳を除いたものになります。

がつ ちさんちしょうげっかん
11月は地産地消月間

じぶん す ちいき せいさん
 自分たちが住んでいる**地域**で**生産**されたものを
 その**地域**で**消費**することを**地産地消**といいます。

ちさんちしょう しゅうかく しんせん た
 地産地消は**収穫**し、すぐに**新鮮**でおいしく**食べられる**ことや、
 せいさんしゃ あんしんかん ゆそう ちきゅう
生産者がわかる**安心感**、また**輸送エネルギー**がかからず**地球**に
 やさ
 優しいなどいいことがたくさんあります。



しょくりょうじきゅうりつ と く
食料自給率アップの取り組み

- ① **今が旬の**
食べ物を選ぼう
- ② **地元でとれる**
食材を食べよう
- ③ **ごはん中心の**
バランスのよい
食事をしよう
- ④ **食べ残しを**
減らそう
- ⑤ **自給率向上の**
取り組みを知り、
応援しよう



しょくりょう ゆにゅう たよ
Q. 食料を輸入に頼っているとどうなるの？

A. 日本は、食べ物の多くを外国産に頼っているため、
 世界のできごとの影響を受けやすくなっています。
 例えば、世界的な人口増加で食料が足りなくなったり、
 外国の経済事情で輸入ができなくなったり、地球温暖化や
 異常気象で収穫量が減ったりすることも考えられます。
 安心して食べるためには、食料自給率を上げることが必要です。



そうぞう きゅうしょく ささ ひと
想像してみよう！給食を支える人びと

おいしい給食が食べられるのは、農家さん、
 漁師さん、食べ物を運ぶ人、栄養士や
 調理員さん、そして働いてくれる家の人な
 ど、多くの人に支えられているからです。
 感謝の気持ちをもって食事のあいさつを
 して、残さずに食べるようにしましょう。



のうか 農家さん



りょうし 漁師さん



はこ ひと 運ぶ人



いえ ひと 家の人



えいようし 栄養士や ちょうりいん 調理員さん