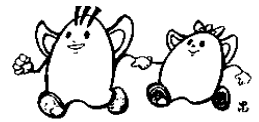


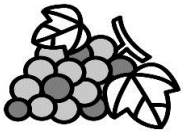


11月給食だより



やまとっくとこころちゃん

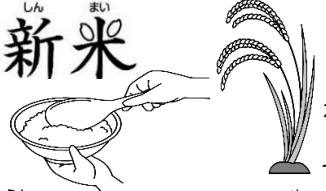
東大和市学校給食センター



だんだんと日が短くなり、冬の気配を感じるようになってきました。今月は、小学校では学芸会・展覧会、中学校では、定期試験が待っていますね！風邪やインフルエンザが流行し始める時期でもありますので、こまめな手洗いうがい、バランスのよい食事、十分な睡眠でしっかりと予防しましょう！

11月から給食で新米を使用します！

新米



「新米」とは、秋に実ったお米のことをいいます。お米は秋にいっぺんにでき、そのお米をとっておいて、その後も一年

中食べます。とれたお米を「新米」と呼ぶのは、収穫した年の12月まで、「新米」が食べられるのは、秋のとれたての時だけです。

新米は、水分が多くてみずみずしく、また、よくかんで食べると甘味があってとってもおいしいです。

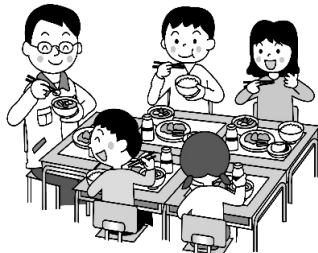
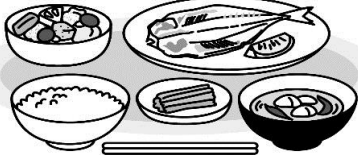
今までのお米との違いを感じながら、味わって食べてください♪



11月24日「和食の日」

いよいよ「和食の日」

(一般社団法人和食文化国民会議制定)



「和食；日本人の伝統的な食文化」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。特徴として、①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重、②健康的な食生活を支える栄養バランス、③自然の美しさや季節の移ろいの表現、④正月などの年中行事と密接な関わりの4つが挙げられています。

～給食物資の産地等～

学校給食の物資は、国の基準に基づき市場に流通しているものを使用しております。

学校給食に使用する食材の産地等(予定)は以下のとおりです。野菜等の産地については、市場での調達により産地がかわるため、10月の実績を掲載しております。

○牛乳

種類	産地
牛乳	神奈川県、千葉県、栃木県、群馬県、宮城県、山形県、岩手県、北海道

○米

種類	産地
精白米	埼玉県、佐賀県(元年度)
もち米	佐賀県(元年度)

○肉

種類	産地
豚肉	青森県
鶏肉	山梨県、岩手県

*東大和市の学校給食では牛肉を使用しておりません。

○魚介類

種類	産地
さけ	北海道
さば	ノルウェー
ホキ	ニュージーランド
あじ	ベトナム
とろあじ	フランス
たら	アメリカ

*東大和市公式ホームページにて、献立、レシピ集、学校給食摂取基準等の内容を掲載しております。アクセス方法:「東大和市公式ホームページ」→「子育て・学校」→「学校教育」→「学校給食」→「学校給食の献立について」、「なつかしくてありがたい!東大和市のおいしい給食レシピ集!」、「栄養」

○野菜等(10月使用実績)

種類	産地
たまねぎ	北海道
にんじん	北海道、東京都(東大和市)
じゃがいも	北海道、東京都(東大和市)
キャベツ	群馬県、東京都(東大和市)
もやし	栃木県
だいこん	北海道、青森県、東京都(東大和市)
ピーマン	岩手県、青森県
はくさい	長野県
さといも	東京都(東大和市)
ねぎ	青森県
こまつな	東京都(東大和市)
パセリ	茨城県
セロリ	長野県
きゅうり	千葉県、群馬県
さつまいも	千葉県
栗	愛媛県、熊本県

学校給食は、栄養バランスに優れ、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教育の一環として行っています。また食材については国の基準に基づき安全なものを使用し、さらに給食課でも放射性物質検査を行うなど安全性を確認しております。こうした学校給食の趣旨と安全性についてご理解いただきますようお願いいたしますが、それでも給食喫食や牛乳飲用に、ご不安がある場合には、学校へご相談ください。

郷土料理クイズ

郷土料理として、次の8つの地域に伝わるおすしの名前を、下から選んで書き入れてみましょう。

おすし編

山口県 ヒント: その土地の名前がついているよ!

富山県 ヒント: 体がピンク色の魚を使うよ!

佐賀県 ヒント: 自分の地域に伝わるおすしや知っているおすしを書いてみよう!

岡山県 ヒント: 栗の何かが巻くよ!

千葉県 ヒント: 琵琶湖にいる魚を使うよ!

滋賀県

奈良県

和歌山県

ばらすし・ますすし・太巻すし・須古すし
柿の葉すし・岩国すし・めはりすし・ふなすし

こたえ

〆山形県 〆新潟県 〆富山県 〆山口県 〆徳島県 〆香川県 〆高松県 〆愛媛県 〆高知県 〆福岡県 〆佐賀県 〆大分県 〆熊本県 〆鹿児島県 〆沖縄県

～給食で使用している『ドレッシング』について～

保護者の方から、給食に関するご質問をいただきましたのでお答えします♪

Q「給食はドレッシングの回数が多いようですが、油の摂取量が気になります。」

A「現在、給食で主に使っているドレッシングには、**菜種油を使ったタイプ(和風・中華・胡麻・たまねぎ)**と、**油を使わないノンオイルタイプ(フレンチ・鷲じそ・柑橘)**があり、おおよそ半々の割合で使用しています。

油(脂質)の摂取量についても、文部科学省で定める学校給食栄養摂取基準の範囲内(エネルギー全体の20%~30%)で毎月の献立を立てていますので、ご安心ください。」

※上記の内容は、今年度使用しているドレッシングについてです。

今後も、子どもたちの健康に配慮した食材の選択に努めてまいります。



～お知らせ～

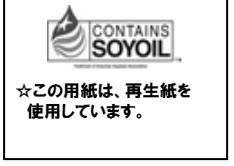
*給食センターでは、多くの献立で調理器具を共用しています。また、食材を製造している食品工場内等でも、各種アレルギー食品を取り扱っています。従って、アレルギー食品として表に記載されていない場合でも、少量混入する可能性があります。*ドレッシング等の調理加工品は、4月~9月、10月~3月の半期ごとに変ります。詳細な成分等については、給食センター栄養士までお問合せください。

～保護者の皆様へ～

当市の給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、くるみ、カシューナッツは使用しておりません。

食物アレルギーのあるお子様で、学校で特別な配慮を必要とする方は、学校へ学校生活管理指導表のご提出をお願いいたします。

また、アレルギー等の理由により牛乳の停止を希望する場合は、学校へ申請書を提出してください。この際、停止できるのは飲用牛乳のみです。緑茶、ヨーグルト、コーヒー牛乳等は提供されますので、ご留意ください。



☆この用紙は、再生紙を使用しています。