

11月給食だより

令和6年度 11月
岩出市学校給食共同調理場

11月は「いい歯の日」や「勤労感謝の日」「和食の日」などがあります。食に関するいろいろなことについて、考えるきっかけにしてみたいはいかがでしょうか。



11月の献立より

11月は秋冬野菜がおいしい季節です。県内でとれる白菜、小松菜、大根など使った料理をたくさん提供予定です。また、11月中旬頃からは新米になります。



新鮮でおいしい食材がそろそろ月なので、子どもたちがモリモリ食べてくれることを願っています。

～新メニューの紹介～

「マセドニア」

・・・マセドニアは、スペインの料理で、いろいろな果物を使ったフルーツサラダです。スペインではオレンジリキュールなどで作るシロップをかけて食べるそうですが、給食では和歌山県風にアレンジし、みかんジュースと果物を合わせて作ります。



ご家庭でつくってみませんか？
人気の給食レシピ

子どもたちに
大人気な韓国料理



〈ヤンニョムチキン〉【材料 (1人分) グラム】

とりむねにく 鶏胸肉.....50 おろし生姜.....1 塩.....0.2 さけ酒.....1 かたくりこ 片栗粉.....適量 ああぶら 揚げ油.....適量	ケチャップ.....7.5 しょうゆ.....2 さとう 砂糖.....4 さけ酒.....2.5 コチュジャン.....0.3 みず 水.....1
--	--

【作り方】

- ①鶏胸肉は一口大に切る。
- ②①の鶏肉をAの合わせた調味料で漬け込む。
- ③②の汁気をとってから、片栗粉をまぶして衣をつける。
- ④170℃で5分程度揚げます。
- ⑤フライパンに混ぜ合わせたBを入れ、火にかける。煮立ったら、④を加えてたれをからめる。

【一口メモ】

9月に提供した際には、各学校から「おいしかった！」の声をたくさんいただきました。ご家庭でもぜひ試してみてください。

給食を通して地産地消の良さを知ろう！

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

地産地消の良さとは？

新鮮な旬の味覚を味わうことができる

作っている人の顔がわかり、安心感が得られる

地域内で資金が還元され、地域経済の活性化につながる

農業が活性化することで農地が保全され、景観の維持や洪水の防止につながる

運ぶ距離が短くなり、エネルギーやCO2排出量が削減でき、環境に優しい

ESD（持続可能な開発目標）の達成に貢献できる

学校給食に地場産物を活用する効果

地域の産業や食文化への理解を深めることができる

食料の生産、流通に関わる人びとに対する感謝の気持ちを育むことができる

学校と地域との連携・協力関係を構築することができる

食品を選ぶ際は、産地や生産者を意識してみませんか？

直売所や道の駅、スーパーマーケットの地場産物コーナーなどを活用しましょう。地場産物のほか、自分が応援したい地域や被災地の産品を選ぶことは、その産地の生産者を応援することにつながります。