

11月

給食だより



令和7年11月 塩沢学校給食センター

朝晩の寒さも厳しくなり、長引いた暑さも少しずつ落ち着いてきました。朝晩の寒暖差によって体調を崩さないように、バランスの良い食事、適度な運動、しっかり休養の3つを意識し、元気に過ごしましょう。

(ご家庭でお子さんと一緒にお読みください)

食べ物を大切にいたしましょう

秋も深まり、昔から日本人にとって重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎えています。各地で収穫を祝うお祭りが開催され、11月23日には「新嘗祭」という伝統的な宮中行事が行われます。この日は「勤労感謝の日」として国民の祝日になっていますが、食べることは、たくさんの人の勤労に支えられていることを忘れずに。日々の食事を大切にいたしましょう。



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組です。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食料自給率といった課題に目を向ける機会にしたいと考えています。11月の「米飯給食、地場産給食推進月間」に合わせて、塩沢学校給食センターでは11月13日に「キラッと南魚沼産☆地場もん献立」を実施します。地元で生産されている食材を積極的に取り入れた献立を味わい、私たちの住む地域の恵みについて学び、地域の良いところをたくさん知ってもらいたいと思います。

