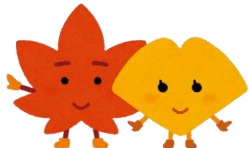


きゅうしょく  
給食だより



れいわ ねん  
令和2年  
がつごう  
11月号

まいつき にち しょくいく ひ  
毎月19日は食育の日

ながれやましりつしんかわしょうがっこう  
流山市立新川小学校

木々の葉が色づきはじめ、目を楽しませてくれる季節となりました。新米、肉、魚、野菜、きのこ、くだものなどもいっそうおいしさが増す時季です。冬の訪れに備えて、豊富な食材をバランスよく取り入れた食事です。寒さに負けない体づくりをしましょう。


きんろうかんしゃ ひ がつ にち  
勤労感謝の日(11月23日)

11月23日は「勤労感謝の日」です。毎日何気なく食べている食事ですが、動物や植物の命をいただいているということ、食事を口にするまでの過程にいろいろな方々の手がかかっていることに感謝して、心をこめて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。

きゅうしょく つく ひと かんしゃ  
給食を作っている人への感謝


まいにち 給食は、たくさんの人たちの手によって作られています。

- 献立を考える人→栄養士さん
- 給食を作る人→調理員さん
- 給食を配る人→給食当番さん
- 米、野菜、肉、卵、魚、牛乳などの食べものを作る人




うち ひと かんしゃ  
お家の人への感謝

まいにち、ごはんを用意してくださっています。食べものを買って、料理をして、食べ終わったら片付けをします。お手伝いをする事で感謝を伝えましょう。




いのち かんしゃ  
命をいただいていることへの感謝

みなさんが食べている肉や魚、野菜、果物には、すべて命があります。私たちは、動物や植物の「命」をいただいて、自分の「命」とつながっています。



まいにち た かんしゃ  
毎日食べものを食べられることへの感謝

世界では、全人口75億人のうち、食べものがなくて苦しんでいる人が8億人以上もいるといわれています。食べたいのに食べることができない人たちがいる中で、「嫌だから残す」「食べきれないから捨てる」ということはあってはならないものです。いただいた大切な命や、たくさんの人たちの苦勞を無駄にしないように、残さずに食べるようにしましょう。



た しょくいくげっかん  
ちばを食べよう！ちばの食育月間

千葉県では、「ちばの恵みでまんてん笑顔」をキャッチフレーズに、新鮮でおいしい千葉県産の食べものを上手に取り入れたバランスの良い食生活で、健康で笑顔あふれる暮らしにつなげる取り組みを進めています。特に11月はちばの旬の食べものがたくさん出回ることから、「ちばを食べよう！ちばの食育月間」になっています。



地産地消という言葉聞いたことはありますか？地産地消とは、地元が産地の食べものを地元で消費しようという意味の言葉です。千葉県では、地元の「地」を千葉の「千」に変えて、「千産千消」として、さまざまな取り組みを行っています。新川小学校では11月を「千産千消月間」として、積極的に流山市や千葉県の食べものを使っています。この機会に、「食」の大切さについて考えてみましょう。

ねんせい ねんせい ほ  
2年生と6年生がさつまいも堀りをしました

ねんせい ねんせい  
2年生と6年生が10月にさつまいもを収穫しました。11月5日の給食でふかしもにして、おいしくいただきました。



きゅうしょく しんしょう  
おすすめ給食レシピ ～新小マドレーヌ～

<材料> (直径8cmのマドレーヌ型6個分)  
卵 2個 砂糖 65g 小麦粉 100g ベーキングパウダー 小さじ 1/2  
バター 100g みりん 大さじ1 小松菜 1株(50g)  
バニラエッセンス 2～3滴

<作り方>  
① 小松菜をゆでて、みじん切りにし、よく水気を切る。  
② バターを溶かし、みりんを合わせ、温めておく。  
③ 別のボールに卵をとき、砂糖を加え、白っぽくなるまで泡立て器でよく混ぜる。  
④ 小麦粉、ベーキングパウダーを合わせて、③にふるいながら入れ、さっくりと混ぜる。  
⑤ ④に②を少しずつ加えながら混ぜる。  
⑥ ⑤に①とバニラエッセンスを加えて混ぜ、ラップをして冷蔵庫で1時間程度ねかせる。  
⑦ 180℃に余熱したオーブンで15～20分焼く。

