



# 給食だより



令和6年11月  
喜連川給食センター

秋も深まり、朝・夕の寒さを感じる日がふえてきました。かぜやインフルエンザなどの感染症が心配になる季節がやってきます。こまめな手洗い・うがい、バランスのよい食事を心がけましょう。

11月23日は「勤労感謝の日」です。毎日の食事は、たくさん人々の働きによって用意されたものです。感謝の気持ちを忘れずに、残さずに食べてくださいね。



## 食事のあいさつには意味があります

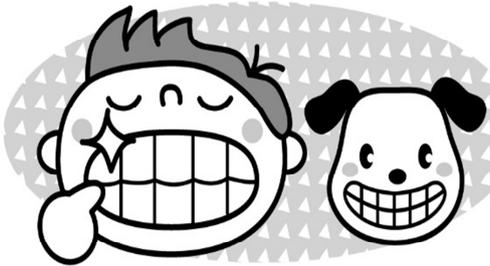
いただきます

食べ物はもともと生きた動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。

ごちそうさま

漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうという意味です。

## よくかんで食べていますか？



健康な歯を保つためには、よくかんで食べることで、食べたらしっかり歯を磨くこと、そして好き嫌いをせずに、いろいろな食べ物をバランスよく食べることが大切です。

特に、歯をつくるカルシウムと、カルシウムの吸収を助けるビタミンDは意識してとりたい栄養素です。



11月8日は「いい歯の日」

## 11月27日はさくら市の温泉なすが登場します！！



さくら市喜連川の特産品の温泉なすは、全国的にも珍しい温泉熱を利用したなすです。

今回、温泉なすの整備を初めてから40周年を迎えたことを記念して、給食に無償で提供して頂けることになりました。温泉なすの特徴は、色鮮やかで、なすの皮が柔らかいことです。

温泉を熱交換器で温風に変えハウス内を温めて栽培する環境に優しい方法で栽培されたなすです。

楽しみにしててください。

また、15日の給食では、さくら市産の「もち麦」を使ったもち麦ごはんです。

みんながすきなカレーといっしょに残さずに食べましょう。

