

11月 ひまわり



秋も深まり、木々が黄色や赤色に色づいてきました。佐用町の給食では、佐用町内で作られたお米を毎日給食センターで炊いています。11月初め頃から、給食は新米に変わります。ご飯は、和洋中どの料理にもよく合い、ヘルシーです。最近、その栄養バランスの良さから、ご飯を中心にした「日本型の食事」が世界でも注目を集めるようになりました。

「佐用もち大豆の日献立」を実施しました

10月13日は、「佐用もち大豆の日」でした。元気工房さようで作ってもらった佐用もち大豆の水煮、豆乳、豆腐、おからなど佐用もち大豆の製品をたっぷりとしゅうじつ、充実した「佐用もち大豆の日献立」となりました。佐用もち大豆からできたおからを混ぜ込んだ手作りハンバーグに、秋ならではのきのこソースをかけた「おから入りハンバーグきのこソース」は特に子どもたちに大人気でした。

★おから入りハンバーグきのこソース
もち大豆おから、もち大豆豆腐を使用しています。



★もち大豆サラダ
もち大豆の水煮を使用しています。

★豆乳のみそ汁
もち大豆豆乳、もち大豆みそを使用しています。



しかにく きゅうしょく どうじょう 鹿肉が給食に登場しました！

しかにく 鹿肉クイズ！ しかにく 鹿肉のことを別名なんというでしょう？

- ①ぼたん ②もみじ ③かしわ ※答えはうらへ

鹿肉は、牛肉や豚肉よりも脂質が少なく、ヘルシーなお肉です。また、鉄分などの栄養が豊富なのが特徴です。鹿は繁殖力が強く、捕獲しなければ数が増加していきます。鹿が増えすぎると、他の動物が住めなくなったり、畑の農作物が食べられるなど、自然環境や人間の生活に大きな悪影響が出ます。自然のバランスを保つためにも鹿肉を食べることが促進されています。

今年は、西播磨地域の鹿肉を使用した鹿肉利用促進事業があり、10月に「アイディア研究所」で作ってもらった「鹿肉コロッケ」が給食に登場しました。子どもたちにとって、鹿肉を食べるよい機会となりました。私たちがいただいているあらゆる「いのち」に感謝しながら、毎日食事をしましょう。

＜お知らせ＞佐用町学校給食センターのInstagramを開設しました。毎日の給食の写真を投稿していきます。アカウントをフォローして、ご家庭での給食の話題にしていただけたら嬉しいです。



アカウント名：佐用町学校給食センター【公式】
さよう☆じゃんピーのアイコンが目印です。

きゅうしょく とど 給食が届くまでに…

11月23日は、「勤労感謝の日」です。給食には、たくさんの食材が使われ、みなさんのもとに届くまでにたくさんの人が関わっています。作ってくれる人や私たちがいただいている食べ物への感謝の気持ちを忘れずに食べましょう。

＜佐用町の給食には、こんな人たちが関わっています＞



のうか 農家さん



安全でおいしい野菜やお米を作ってくれます。

ちやうりいん 調理員さん



16名の調理員さんが、約1135人分の給食を作ってくれます。

すいさんぶつ ちくさんぶつ 水産物・畜産物に 関わる人



牛や豚を飼育したり、漁を行います。また、調理しやすい大きさに加工してもらいます。

えいようきょうご 栄養教諭



栄養バランスや料理の組み合わせを考えながら、献立をたてます。

てんしんいん 運転員さん



給食センターから、佐用町内9か所に給食を運んでくれます。

じもと 地元の商店さん



市場で食材を買って、給食センターまで運んでくれます。

11月24日は、『和食の日』

11月の和食月間と、『いい日本食』のごろ合わせで、11月24日は【和食の日】です。「和食：日本人の伝統的な食文化」は2013年12月にユネスコ無形文化遺産に登録されました。「和食」は、だしのうまみを手軽に使い、塩分量が少ないため、体に良いところや、自然の美しさや移り変わりを表現できること、年中行事との結びつきを大切にしているところなど日本が世界に誇れる伝統的な食文化です。

こた
答え ②もみじ

はな^{はな}らだ^だの10月の^{がつ}絵柄^{えがら}にもみじと鹿^{しか}の絵^えが描^かいてあるからです。そこから、鹿肉^{しかにく}のことをもみじと^よ呼ばれるようになりました。また、猪肉^{ししにく}のことはぼたん、鶏肉^{とりにく}のことはかしわといわれます。