

# 11月 給食だより



令和4年11月15日

横浜市立森の台小学校

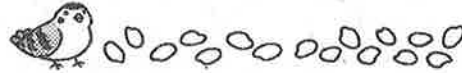
校長 大幸 麻理

給食部

緑区は耕地もたくさんあり、「はま菜ちゃん」マークの野菜や果物もお店に並びます。味が濃い、瑞々しいと感じている方も多いのではないのでしょうか。多くの方に買っていただくために、珍しい色や形の野菜も積極的に生産されているようです。



## 《11月の献立について》



◎「地産地消月間」にちなんだ献立を多く取り入れました。

- ・はま菜ちゃん料理コンクール入賞作品・・・「はま菜ちゃん肉団子スープ」
- ・神奈川県の郷土料理・・・(けんちん汁)



◎旬の食品を多く取り入れ、季節感が味わえるように工夫しました。

- (さけ・さば・ほっけ・スマルト・さつまいも・さといも・はくさい・ブロッコリー・こまつな・だいこん・かぶ・栗・エリンギ・しめじ・えのきたけ・キャベツ・みかん・りんご・かき)



\*\*\*\*\* 11月は地産地消月間です\*\*\*\*\*

地産地消とは、地域で作られた食べ物をその地域の人たちが食べることを言います。地域で作られた食べ物を食べることで、新鮮でおいしいものを食べることができます。また食べ物を運ぶ距離が短くなるので、ガソリンなどの燃料が少なくてすみ、環境を守ることに繋がります。

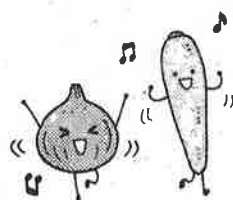
今月は、横浜市地産地消月間でもあります。横浜市や神奈川県で作られる食べ物について、学んだり食べたりします。

30日のけんちん汁で使われるだいこんは、横浜市(区内)で収穫されたものが学校に運ばれてきます。

これからも、地域の販売所やスーパーマーケットで、横浜育ちの野菜や果物を見かけたら、ぜひ利用してみてください。

### 新鮮で安心

生産地が近く、つくっている人や場所がわかるので、新鮮で安心な食べ物が手に入ります。



### 地域の活性化

地域でつくられたものを買うと、その地域の経済を活性化させ、生産者を応援することができます。



### 環境によい

輸送距離が短いので使う燃料が少なく、地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出も減ります。

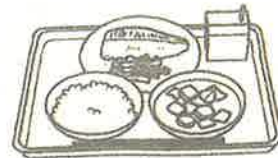


地産地消  
Shizuoka  
AIZUMI



# 11月好ききらいなく食べることの大切さ

バランスイ〜ナちゃんは  
横浜市の小学生が考えた  
食育推進マスコットです。



「バランスイ〜ナ」には、「ごはん（日本型の食事）を基本に  
黄・赤・緑の3つの色の食べ物を組み合わせて、バランスのよい  
食事をとろう」という意味が込められています。

## 緑の食べ物



かみのけ

野菜・くだもの・きのこなど

海そう



## 赤の食べ物

まえがみ（のり）

海そうなど

ふく

魚・肉・たまご・  
大豆・牛にゆうなど



ごはん・パン・うどん



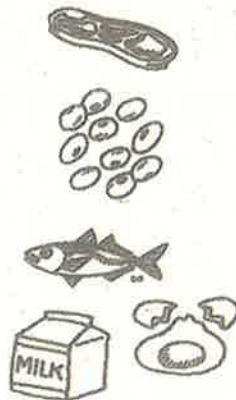
## 黄の食べ物

かお（おにぎり）

ごはん・パンなど

そで・くつ

さとう・バターなど



油・さとう



## お知らせ

（10月にもお知らせしている内容と同じです）

〇11月26日（土）土曜参観日の給食献立について  
代休日11月28日（月）の献立を実施します。



はいがごはん・牛乳・麻婆豆腐・中華あえ・ラフランスゼリー