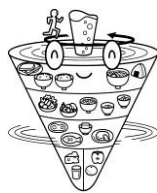


## 食育だより 11月号



令和5年11月7日  
横浜市立都田西小学校  
校長 三橋 淳子  
食育推進委員会

## \* 11月の献立から

- 地産地消月間にちなんだ献立を取り入れました。(こまつなとじゃこのふりかけ)
- 神奈川県の郷土料理を取り入れました。(けんちん汁)
- 旬の食品を多く取り入れ、季節感を味わえるように工夫しました。(さけ、さば、ごぼう、だいこん、ねぎ、キャベツ、こまつな、ブロッコリー、ほうれんそう、さといも、さつまいも、しめじ、えのきたけ、エリンギ、にんじん、かき、りんご、みかん、ラフランス)
- 新献立として「タッカルビ」を取り入れました。



## \* 都田西小の給食

- 6日(月) 大学いもで使用する「さつまいも」は、総合的な学習に取り組んでいる4年1組が10月24日に池辺町田丸さんの畑で収穫したものです。当日全校で味わいます。  
当日、全校で味わいます。
- 7日(火) 本校4年生の作品「はま菜ちゃんカルちゃんなかよしサラダ」(キャベツ・食塩・黒こしょう・バジル・粉チーズ)を取り入れました。
- 9日(木) 浜柿を取り入れました。地域の佐江戸園 菅沼さんの柿を予定しています。
- 21日(火) 本校6年生の作品「はま菜ちゃんたつぷりポトフ」を取り入れました。(豚肉・ウインナー・じゃがいも・たまねぎ・キャベツ・ブロッコリー・にんじん・しょうゆ・食塩・黒こしょう・チキンブイヨン・水)
- 28日(火) 都筑区でたくさん収穫できる「こまつな」を使用した、「つづきあいちゃんカレー」を取り入れました。  
(豚肉(ひき)・乾燥大豆(粒状)・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・こまつな・エリンギ・しょうが・にんにく・油・米粉・カレー粉・中濃ソース・トマトケチャップ・しょうゆ・食塩・こしょう・水)

○今月の横浜市内産野菜はキャベツ・こまつな・ほうれんそう・にんじん・浜柿・さつまいもの予定です。

## \* 食に関する指導～6日(月)使用 さつまいも収穫の様子



- ・田丸さんから都筑野菜のよさを教えていただきました。
- ・協力して収穫できました。

## \* 11月は地産地消月間です

## ○地産地消とは？

自分たちの地域でとれたものを、自分たちの食事で食べることです。

## ○なぜ11月が地産地消月間なのでしょう？

横浜市は、JA横浜(農協)と連携して、平成18年度(17年前)から地産地消のとりくみを本格的に始めました。このとりくみの中で、農産物がたくさんとれる11月を「地産地消月間」と決めました。

- ① 新鮮でおいしく、旬を味わうことができる。(旬とは、たくさんとれて、一番おいしい時期のこと)
- ② 作る人の顔が見え、安全・安心して食べることができる。
- ③ 運ぶ距離が短くなりガソリンを使う量が少ないので、値段が安くなる。排気ガスが出る量が少ないので、環境によいなどの利点があります。

