



寒さに負けずに手を洗おう！

11月に入ってようやく秋らしく肌寒く感じるようになってきましたね。寒くなってくると、水も冷たくなり、手を洗うのが嫌になることもありますが、食事の前にはきれいに手を洗いましょう。せっかくきれいに手を洗っても清潔なハンカチを持っていないと意味がありません。清潔なハンカチも忘れずに持ってきてましょう。

ココをチェック！

洗い残しが多いところ



11月は、千産千消月間です

千葉県は様々な農林水産物が生産されています。令和5年農業産出額は全国4位の農業県です。また、三方を海に囲まれているため、水産県でもあります。恵まれた自然環境と生産者さんの技術力のおかげで、千葉県は食材の宝庫になっています。

給食では日々、千産千消（千葉県産の食材を取り入れること）に取り組んでいます。11月は特に千葉県産の食材をたくさん味わえる献立を予定しています。千葉の食材を味わって食べましょう。

今月味わう千葉県産食材（予定）

- ・米（千葉県産ふさこがね、船橋産粒すけ）
- ・牛乳
- ・さつま芋
- ・船橋産小松菜
- ・船橋産キャベツ
- ・船橋産大根
- ・にんじん
- ・里芋
- ・きゅうり
- ・卵
- ・レバー
- ・船橋産ぼら（白身魚の一種）
- ・船橋産すずき
- ・鰯（いわし）

11月24日は、いい(11)にほん(24)しょく「和食の日」です

11月24日は「和食の日」です。

2013年に「和食・日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。豊かな水を使った煮物や汁物といった調理法、食材のうま味を水に溶け込ませる出汁、醤油や味噌、酒といった発酵調味料、季節ごとに移り変わる旬の食材、優れた栄養バランスなど、和食の持つ良いところはたくさんあります。

給食では21日（金）が和食の日にちなんだ献立です。A献立は、もち玄米入りごはん、よもぎいり白玉団子など普段食べることが少ない食材を使用しています。B献立はうどん、てんぷらなど日本を代表する献立になっています。この機会に和食について考えてみましょう

和食のゆとりは

一汁二菜



ごはんと汁物に主菜、副菜を加えた基本的な献立です。

一汁三菜



一汁二菜にさらに副菜を追加した献立です。

※本膳料理（日本料理の原型といわれるもの）では、一汁三菜というと、ごはん・汁物・香の物に三菜（刺身・焼き物・煮物）を加えたものをいいます。

2月の給食申込期間は11月21日（金）～11月27日（木）になります。忘れずに！