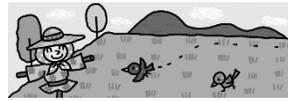


# 給食だより

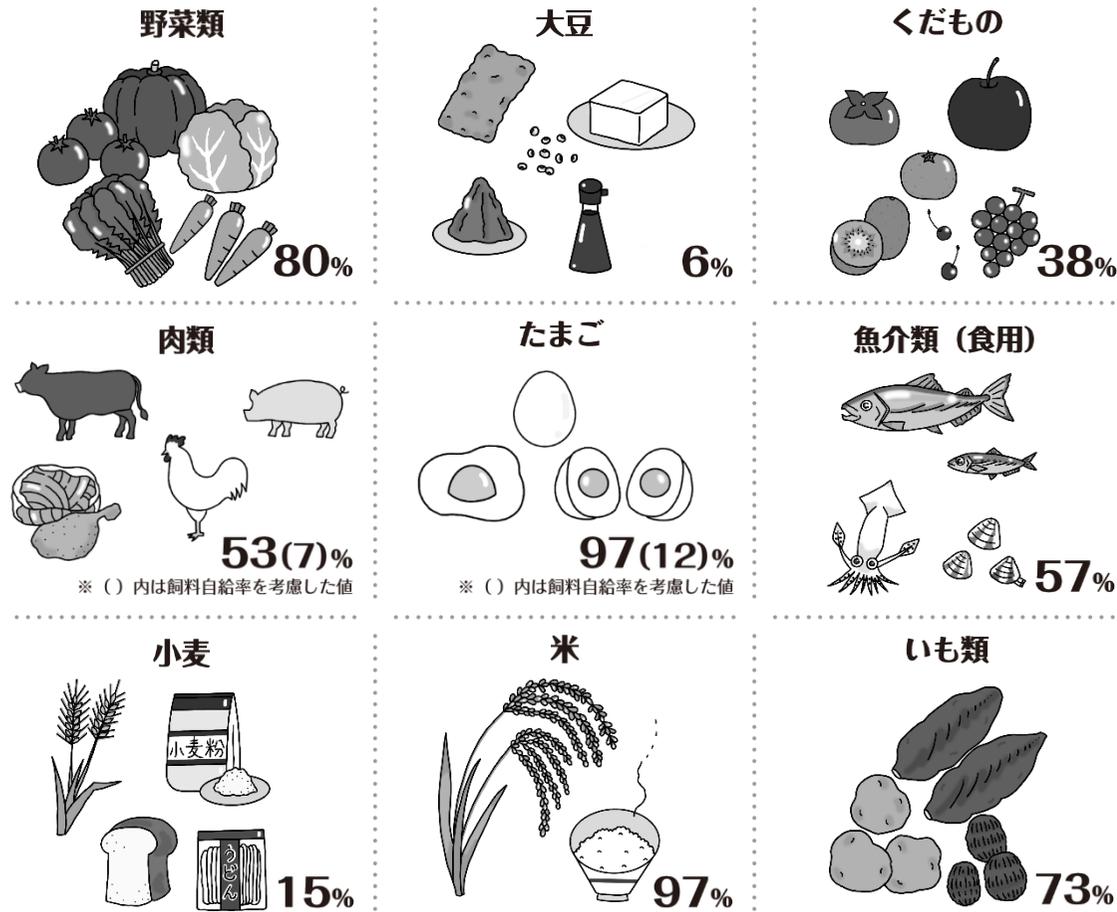


令和3年11月  
船橋市立高根台中学校

11月24日は「いい日本食の日」とかけて「和食の日」です。また前日の23日は、古くはお米の収穫を祝う日だった「勤労感謝の日」です。しかし、今、日本の食料自給率（国民が必要な食料をどのくらい自分の国で生産できているかを示した割合）は、37%になっています。これは先進国の中でも際立つ低い値です。もし何かの事情で外国から食べ物が来なくなってしまうらと思うと少し不安ですね。品目によっても国産で十分まかなえるもの、外国に大きく頼っているものがあります。日本の食の今の姿をきちんと知り、どうすればよいのか、みなさんの立場でできることを考えてみましょう。

## これが、今の日本の「食」の姿

農林水産省が発表した、昨年度（令和2年度）の各品目の食料自給率（カロリーベース）です。



## 学校給食の取り組み

2008（平成20）年6月に「学校給食法」が改正され、学校給食での地域の産物の積極的利用が法律上に位置付けられました。ご飯を主食にした「米飯給食」が進められ、また地場産物を使う割合や、給食時間などに地場産物のことを子どもたちに伝える回数などにも目標値を定めて取り組んでいます。

### 地域の食材をたくさん使う



給食費がリーズナブルなため、誤解されている人も多いのですが、学校給食の使用食材は主に国産品です。そのうえで、地域の食材をさらに積極的に使っていくと、今、数値目標も定めて取り組んでいます。

### 地域の食材のよさを知らせる



給食の時間やおたよりを通して、地域や国産食材のよさを知らせています。田畑や海などで育つ姿、生産者さんの苦労や思いを伝え、単なる商品ではない、食べ物の価値について考えてもらいたいと思っています。

### 「和食」に親しんでもらう



学校での食育がスタートしてから、週に3日以上はご飯が主食の献立です。とくに「和食」には、先人の知恵と工夫が詰まっており、身近にある食材を無理なくむだなく使い、環境や体に優しい料理が数多くあります。

高根台中学校でも、11月の給食目標「千葉県を食べ物を知ろう」ということもあり、今月は特に千葉県産や船橋産の食材をたくさん使った献立を出します。

#### <11月19日 千産千消費ー給食>

#### さつまいもごはん、鯛の南蛮漬け、ほうれん草のオイスター炒め、人参しいり、ミニトマト

千葉県は海や山に囲まれ、たくさんの農水産物がとれます。日々の米や牛乳はもちろん、さつまいも、ほうれん草、人参、ミニトマト、鯛は千葉県産を予定しています。

#### <11月24日 和食の日・船橋産のお米使用>

#### ごはん、スズキの甘酢あんかけ、豚肉と大根の旨煮、海苔入り納豆和え、きゅうりのゴママヨあえ

この日は市内小中学校共通で、船橋市で生産されたお米を使用します。品種は「粒すけ」です。また、スズキや海苔、大根、小松菜、きゅうりも船橋産の予定です。

#### 海苔入り納豆和え

##### （材料）4人分

挽きわり納豆	50g	しょうゆ	小さじ1と1/3
小松菜（2cm長さ）	80g	辛子	少々
キャベツ（短冊）	100g	刻み海苔	適量
しょうゆ	少々	白炒りごま	適量
小ネギ（小口切）	8g		

##### （作り方）

- ①小松菜とキャベツは茹でて水気を切り、しょうゆをふっておく。
- ②納豆はよく混ぜてから、しょうゆと辛子を合わせて加えておく。
- ③①の水気を絞り、②と小ネギ、刻み海苔、ごまを加えて和える。