



11月給食だより

平成29年度
高岡市立川原小学校

秋も一段と深まり、色とりどりの紅葉が目を楽しませてくれる季節になりました。これから気温も下がり、体調を崩しやすくなります。冬の訪れに備え、バランスよく食べて寒さに負けない体づくりをしましょう。



11月は富山県食育推進月間です



11月は「富山県食育推進月間」です。これは学校給食に地元でとれた農産物や県内で作られた食材を積極的に取り入れることで、家庭・地域・市町村との連携を深め、心身ともに豊かな子供たちを育てることを目的として行われます。高岡市の学校給食では、年間を通して高岡産の食材を取り入れ、地産地消の推進を図っています。

今月の高岡産食材

- ・米 ・さといも ・小松菜
- ・ほうれん草 ・ねぎ ・小かぶ
- ・さつまいも ・平茸 ・生椎茸



地域で生産されたものを地域で消費する「地産地消」には3つのよいところがあります。

- ①「旬」のものを味わえる
- ②とれたてで「新鮮」
- ③生産者がわかり「安心・安全」



実りの秋のこの季節、高岡市内でもたくさんの農産物が収穫されます。ご家庭でもぜひこの機会に、地元の食材を味わってみてください。

11月2日(木)は「学校給食とやまの日」

本校では、11月2日(木)を「学校給食とやまの日」として、富山県内や高岡市内で生産された地場産品を多く取り入れた献立を予定しています。

11月2日(木)の献立

- ・牛乳・ごはん
- ・高岡流お好み焼き「ととまる」
- ・ごまごまサラダ・国吉りんご
- ・高岡野菜のあったか汁



給食☆レシピ 11月2日(木)の献立より

高岡野菜のあったか汁

(材料 4人分)

- 若鶏肉……………20g
- 木綿豆腐……………1/2丁
- 里芋……………100g
- ごぼう……………40g
- 人参……………40g
- 生椎茸……………20g
- ねぎ……………40g
- しょうゆ……………20g
- 塩……………小さじ1/2
- 水……………600cc

(作り方)

- ①若鶏肉は細かく切っておく。
- ②木綿豆腐は一口大の四角に切っておく。
- ③里芋、人参、生椎茸も一口大に切っておく。
- ④ごぼうはさがきに切っておく。
- ⑤野菜を固い物から順に入れ、軟らかくなったらしょうゆで味を付けねぎを入れる。

具たくさんで体が温まる汁物です。給食では里芋、人参、生椎茸等、地場でとれた野菜をたっぷり使っています。家庭でもぜひ味わってみてください。