

食育だより11月号

北栄町学校給食センター

11月24日は「和食」の日です。「和食・日本人の伝統的な食文化」を次世代へと保護・継承していくことの大切さを改めて考える日」として制定されました。和食には、季節の移り変わりを楽しみ、健康に過ごすための知恵がたくさん詰まっています。

和食文化の特徴

新鮮で多彩な食材



海の幸
山の幸
里の恵み

バランスが良く健康的な食生活



いしじゅうさんさい 一汁三菜

自然の美しさ季節の移ろい 年中行事とのかかわり



春
夏
秋
冬

SDGs とのかかわり



旬を生かす和食の伝統とその価値観は地球を守る
SDGsの視点からも注目！
温暖化 食品ロス

鳥取県の郷土料理

出典：農林水産省 HP

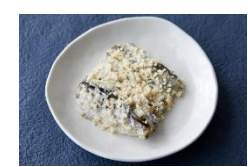
郷土料理は、地域の産物を上手に活用し、その地域独自の調理方法で作られた料理として伝えられてきました。鳥取県でもさまざまな郷土料理が受け継がれています。



柿の葉寿司
鳥取県智頭町の郷土料理。
柿の葉で器にした塩ますの押し寿司。



こも豆腐
鳥取県中部地域の郷土料理。
わらに豆腐と野菜を包み蒸して作る料理。



ハタハタ寿司
鳥取県賀露地区の郷土料理。
米ではなくおからを使用した寿司。



いぎす
鳥取県中部、西部地域などで
水揚げされたいぎす草を使用した料理。

11/14(月)~18日(金)は「読書週間献立」 「食欲の秋」と「読書の秋」のコラボ給食

今年もやってきました！読書週間献立として、いろいろな本も中に登場する料理を再現した『読書の秋』と『食欲の秋』のコラボ給食です。本にはたくさんの料理が登場しますが、今年は以下の本から料理を選出しました。どんな給食になるのかお楽しみに！

	11月14日(月) かんざわとしこ作・ましませつこ絵 「うめぼしさん」 より 若鶏肉の梅焼き		11月14日(月) さいとうしのぶ作 「おはなしだいどころ」 より さといものにっころかし
11月15日(火) いわむらかずお作 「14ひきのかぼちゃ」 より かぼちゃコロッケ		11月16日(水) とりやまみゆき作・中の滋絵 「あれこれたまご」 より 茶碗蒸し	
11月17日(木) 塚本やすし作 「とうめいにんげんのしょくじ」 より とんかつ		11月17日(木) 塚本やすし作 「とうめいにんげんのしょくじ」 より わかめのみそ汁	
11月18日(金) さいとうしのぶ作 「べべんべんとう」 より さばのみそ煮			11月18日(金) 岡田よしとか作 「ちくわのわーさん」 より おでん
	11月18日(金) さいとうしのぶ作 「おはなしだいどころ」 より ほうれんそうのごま和え		

★北栄町のホームページに給食の写真を毎日掲載しています。是非ご覧ください。

