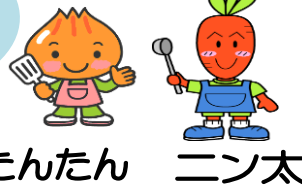




11月



令和6年度岩見沢市教育委員会 学校給食課

# 給食だより



給食に関する質問等は、学校給食課までご連絡ください。(TEL 22-4008) e-mail: kyusyoku@city.iwamizawa.lg.jp

## 「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち

日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。それぞれ、どんな意味があるのでしょうか。



### いただきます

「いただく(頂く/戴く)」は、頭にのせるという意味があり、身分の高い人から物もらう際、頭上に捧げて敬意を表した動作にちなむ言葉です。自然の恵み、生き物の命をもらうことへの感謝を表します。



食べることは、生き物の命をいただき、命をつないでいくことです。また、食事が出来上がるまでに、料理を作る人をはじめ、農作物や家畜を育てる人、魚をとる人、食材を運ぶ人、販売する人など、たくさんの方が関わっています。感謝の気持ちを忘れずに、心を入れてあいさつし、食事を大切にいただきましょう。

### ごちそうさまでした

「ちそう(馳走)」は、食事を用意するために走り回ることを意味しており、この食事が出来上がるまでに関わった人びとへの感謝の気持ちが込められています。



**食育目標**  
感謝して食べよう  
**給食目標**  
食事のあいさつを  
しっかりしよう

毎月、食育・給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。ぜひお子様と一緒に読んでください。

給食費は期日までの納入をおねがいします。給食費は、食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の管理費などは全て市の負担です。

## 今月の注目メニュー

毎月の注目食材や特別献立、行事食などについてお知らせします。「献立表」とあわせてご覧ください。

今月は10月のメニューから紹介するよ!

### ★鮭・チーズの日こんだて

Aコース・Bコース 11日(月)

鮭の漢字の右側のつくりが「十一」と見えること、チーズが初めて作られたのは11月だったことから、11月11日は鮭の日、チーズの日とされています。給食では、新メニューの「鮭の香草チーズ焼き」がつかますよ! お味はいかがかな?

### ★たんとんの日

Aコース14日(木)・Bコース15日(金)

「玉ねぎのみそ汁」の玉ねぎ、手作りみそ、「ほっけの竜田揚げ」の米粉、キタノカオリ、「さつまいもの煮物」の玉ねぎが岩見沢産です。そして、この日は『JAみねのぶ』さんから寄贈していただいた『新米ななつぼし』がつかます。お楽しみに!

## 新米をいただきました!

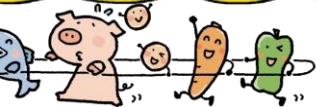
峰延農業協同組合さんより  
創立110周年記念事業で  
未来を創る子どもたちへの  
食育事業の一環として  
新米ななつぼしを学校給食に  
寄贈していただきました!

感謝しておいしくいただきましょう!



## 食の指導

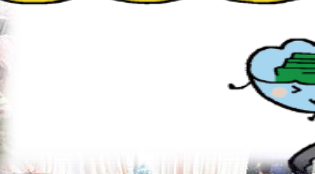
10月 1日	北村小 5年生	10月 10日	幌向小 1年生
10月 1日	北村小 3~6年生	10月 23日	東小 2年1組
10月 2日	中央小 3年生	10月 23日	岩小 5年生
10月 3日	志文小 2年1組	10月 24日	東小 2年2組
10月 4日	志文小 2年2組	10月 25日	岩小 5年生
10月 8日	北真小 2年生		
10月 9日	栗沢小 3年生		



北小5年生



幌向小1年生



上中2年生(9月26日)

## ニン太の レッツ COOKING♪ みそおでん

### 材料(4人分)

- 大根 ...160g
- ねじりこんにゃく ...50g
- 焼きちくわ ...60g
- がんもどき ...50g
- 昆布 ...適量
- かつお節 ...適量
- 赤みそ ...大さじ1
- しょうゆ ...小さじ1/2
- みりん ...小さじ1
- 酒 ...小さじ1/2
- 三温糖 ...小さじ2

### ~つくり方~

- ① 大根は1cm程度のいちょう切り、焼きちくわは乱切りにする。
- ② 大根、ねじりこんにゃくを下茹でし、がんもどきは湯通しておく。
- ③ 昆布とかつお節でだしをとる。
- ④ だし汁で大根とねじりこんにゃくを煮る。
- ⑤ しょうゆ、みりん、酒、三温糖を入れる。
- ⑥ 焼きちくわを入れて煮る。
- ⑦ 赤みそを入れる。
- ⑧ がんもどきを入れて煮込んだら完成!

みそ風味のおでんは、これからの寒い季節にぴったりですよ! 給食では、みそをだしに入れて味付けしますが、「みそだれ」にしてかけて食べるのもいいですね。

