

# 11月給食だより

能登町立松波中学校

今日の給食目標



## 和食のよさを受け継ごう



和食は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録され、世界からも注目されています。和食は「自然を尊重」という精神をもとに育まれてきた日本の文化です。日本各地でとれた季節の新鮮な食材が使われ、栄養バランスがよいなど、よい面がたくさんあります。また、日本の伝統的な行事とも深く関わっています。和食のよさを知って、受け継いでいきましょう。

<p><b>1</b> 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重</p>	<p><b>2</b> 健康的な食生活を支える栄養バランス</p>
<p><b>3</b> 自然の美しさや季節のうつろいを表現</p>	<p><b>4</b> 正月などの年中行事との密接な関わり</p>

和食をおいしくいただくためにはしを正しく使いこなせていますか？



<p>11/7 五色和えで挑戦</p> <p><b>つまむ</b></p>	<p>11/12 ちくわの磯部揚げで挑戦</p> <p><b>はさむ</b></p>	<p>11/15 味付けのりで挑戦</p> <p><b>くるむ</b></p>	<p>11/22 厚焼き卵で挑戦</p> <p><b>切る</b></p>
---	--	---	---

細かいものをつまむときは2本のはしの先端がそろっていることが大切です。

下のはしは動かさず、中指で上のはしを上下に動かします。手の力を抜いてはさんでみよう。

ごはんをのりでくるんでみよう。

はしの先を使い食べられる大きさに切り分けてから食べよう。

- 11月の給食について**
- 11/22 和食の日：だしを味わう給食として、こんぶと魚のだしがきいたつみれ汁をいただきます。
  - 11/29 いいにくの日：能登町より能登牛をいただいて牛丼を作ります。牛丼に使われる米、牛肉、たまねぎ、全てが能登町産のオール能登町牛丼です！

**初開催！ランチルームでの給食試食会**

10月11日に松波小学校仮設校舎のランチルームで給食試食会を行いました。当日は9名の保護者の方に参加していただき、2学期からスタートしたランチルームでの給食準備を見学していただきました。献立として、能登町産のさばを使った給食を試食していただきました。開催にあたりご協力いただいたPTA保健教養委員の皆様ありがとうございました。

**新発見！しいたけの生産現場に迫る**

10月15日、2年生の総合の時間に「農業組合法人のとっこ」より上野朋子さんが来校され、石川県産しいたけの7割のシェアを誇る能登町産のしいたけの生産話をお聞きました。給食ではなにげなく食べているしいたけですが、生産者の方のお話を聞ける大変貴重な機会になりました。

11/9の文化祭では2年生が学んだしいたけに関する発表も聞けるということでとても楽しみです。文化祭の給食ではのとっこさんのしいたけを使ったハヤシライスを作ります。