

# 2025 11月号 給食だより

校長 鈴木壮平

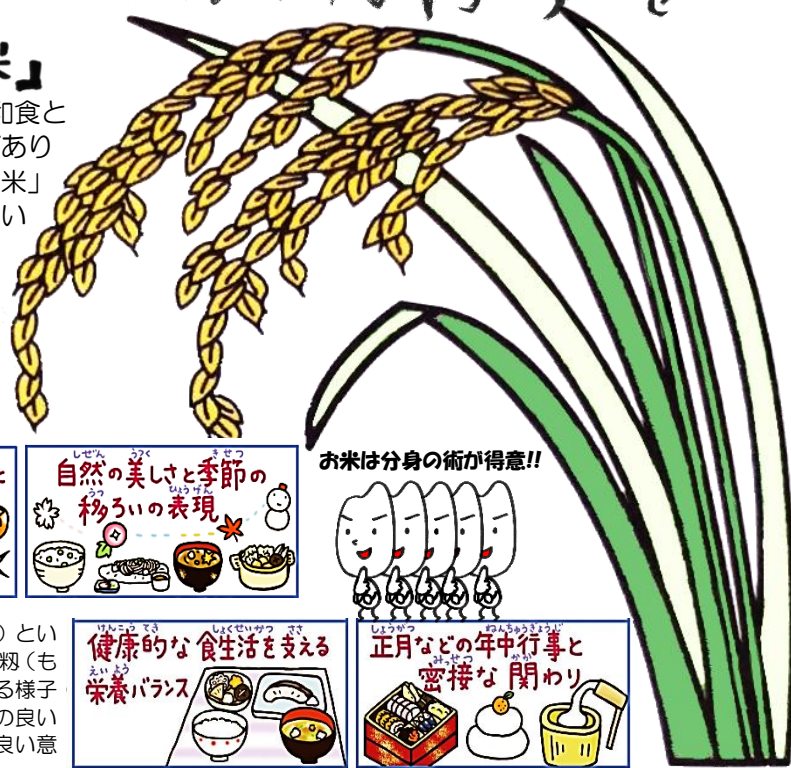
運動会が終わり、次なるイベント、音楽会に向けて引き続き練習に取り組む向台小の子どもたち。寒さもどんどん厳しくなってきますので、風邪などひかないよう体調管理に気を付けて過ごしましょう！今月は読書旬間があります。給食ではコラボメニューを実施予定です。本も給食も、楽しんでもらえると嬉しいです！

## 刺りの秋に感謝の気持ちも...

### 和食を支える「米」

日本の伝統食である「和食」。和食といってもいろいろな食事や食材がありますが、その中でも主食となる「米」は和食を語る上でなくてはならない存在です。しかしながら日本人のお米の消費量は年々減る一方...

ごはんをもりもり食べて、自分たちの手で、「和食」という伝統を守っていきましょう！



お米は分身の術が得意!!

**和食のよところ**

多様な新鮮な食材とその持ち味の尊重

自然の美しさと季節の移ろいの表現

健康的な食生活を支える栄養バランス

正月などの年中行事と密接な関わり

にんにん!

一粒万倍 (いちりゅうまんばい) という言葉を知ってるかな? 一粒の粳 (もみ) が万倍にも実って稲穂になる様子から、1つの良い行いから多くの良い結果を得られるという、縁起の良い意味で使われる言葉だよ!

### 11月の給食目標

「ていねいな片づけで給食を作ってくださいる方に感謝の気持ちを表そう」

たくさん食べて、食缶をピカピカにして返そう!!

お箸やスプーン、トレー、食器の向きや柄をそろえて返そう!



図書の有田先生から本を紹介していただき、ブックメニューとして3品、実施します。本を読んで物語の世界を感じながら、食べてみてください!

### ★13日(木) 11ぴきのねこのコロッケ 11ぴきのねことあほうどり より 馬場のほる 株式会社こぐま社

11ぴきのねこがコロッケのお店をはじめました。毎日たくさんのコロッケを作っているうちに、コロッケ以外のものが食べたくなったねこたち。とりのまるやきが食べたいな。そんなことを思っていたある日、ねこたちの店をお客様がたずねてきました。そのお客様とは? この日は11ぴきのねこに負けず、向台小の調理員さんたちが腕をふるいます! ぜひ食べてくださいね!



### ★19日(水) カレーライス ラッキーカレー より シゲタサヤカ 株式会社 小学館

カレー屋さんのペコペコさん。今日もお仕事が終わっておなかペコペコです。そんなペコペコさんにカレーを作ってくれたのは、カレーだった?! カレーが作るカレーのお話。一体どういうこと? と考えた人は、ぜひ図書室へ行って読んでみてください! そしておいしい向台小のカレーを食べながら、作ってくれる人の気持ちや食べられる料理の気持ちなど、いろいろな想像してみましょう。



### ★28日(金) ぐりとぐらのカステラ ぐりとぐら より 作なかがわりえこ 絵おあむらゆいこ 株式会社 福音館書店

ふたごの野ネズミのぐりとぐら。森の中を歩いていると、とっても大きなたまごを発見しました。ぐりとぐらは大きなたまごで大きなカステラを作ることになりました。向台小給食室もカステラに挑戦です!

いい歯の日メニュー登場  
【11月8日はいい歯の日】  
いい歯の日に向けて、7日の給食で「骨太ライス」を作ります。カルシウムを多く含む食品を使った混ぜご飯です。歯は一生モノです。日ごろからカルシウムをしっかり取ることを心がけましょう。