

# そうせランチタイムス

令和3年11月号  
匝瑳市学校給食センター



各地で葉が色づき、紅葉の景色が見られるようになりました。だんだんと冬が近づいています。11月7日は冬の始まりを告げる日、「立冬」です。昼と夜の気温差が大きくなるため、体調管理をしっかりとしましょう。



## 八日市場幼稚園からこんにちは inおはなし給食♪

読書週間に合わせ、本にちなんだ食べ物や料理が給食に登場する「おはなし給食」。今年は、八日市場幼稚園へ栄養士が訪問し、給食時間前に「大きなかぶ」のお話しをしました。

### 準備中も、お話ししなさいよ



お話しの後も、静かに給食の準備が始まりました。もう小学生のお兄さんお姉さんみたいにカッコいい姿！

### かぶみ〜つけた☆



当日のメニューは、「大きなかぶ」にちなんだクリームスープが登場。にんじんや玉ねぎ、さつまいもなど、たくさんの具材の中から「かぶ」を見つけてくれました。

### 栄養士の読書感想文

「ひもほうちょうもつかわなないー平野レミのおりょうりブック」  
平野レミ:著 和田唱・和田率:絵 福音館書店:出版



子ども達が料理を作ろうとすると、お母さんの「火も庖丁も使えないからだめ！」の声がある場面から始まるこの本は、豪快な料理法でおなじみ料理愛好家の平野レミさんの本です。レミさんらしく！？計量スプーンも使わない、小さなお子さんや料理経験のない人でも簡単に作れるレシピを紹介しています。

本のイラストを二人の息子さんが、デザインを夫の故・和田誠さんが手がけた家族の共同作品です。レミさんご家族の楽しそうな雰囲気が感じ取れます。

わが子が通う学校では「家庭読書」という取り組みをしていて、テレビ等をオフにして本とふれあう時間を共有します。この本なら、読書の後にチャレンジクッキング♪できるかも。我が家でも家族の共同作業に挑戦してみようかな？

この本の他に、おにぎりブック、サラダブックも市立図書館で貸し出していますので、ぜひ手に取ってみてください。



## 「和食」を見直そう！



11月24日



(一社)和食文化国民会議・制定

和食がユネスコ無形文化遺産に登録されていることをご存じですか？ここでいう「和食」とは、ただ単に料理のことだけではなく、日本の伝統的な食文化のことです。近年、ライフスタイルなどの変化により、この食文化が失われつつあることから、その価値を見直し、国民全体で保護・継承していく必要があります。給食では、ご飯を主食とした和食の献立を中心に、行事食や郷土料理を取り入れるなど、子どもたちに伝統的な食文化を伝えています。

## 家庭で実践したい「和食」の取り組み

<p>食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」を言う</p>	<p>はしを正しく使って食べる</p>	<p>ご飯と汁物、主菜、副菜をそろえる</p>	<p>伝統的な行事食や郷土料理を取り入れる</p>	<p>旬の食べ物を味わう</p>
----------------------------------	---------------------	-------------------------	---------------------------	------------------

## 給食ワールドツアー



11月の国は

アメリカ  
(アメリカ合衆国)



ヤミー  
Yummy!  
(おいしい)

### ●どんな国？

北アメリカ大陸にある48州とアラスカ州、ハワイ州からなる国で、国土は日本の約25倍。世界でも有数の多民族国家です。

世界の食料庫とも言われ、穀物を世界各地へ輸出、特に大豆、とうもろこし、小麦の輸出は世界一です。日本とも深い関わりがあります。

### ★料理紹介

ミートボールスパゲッティ  
コーンサラダ

(11月12日実施予定)

### ●国旗紹介



アメリカの星条旗(せいじょうき)はこれまでに27回変更をしています。50の星は現在の州の数、13の赤白の条(すじ)は独立時の州の数を表しています。

### ●千葉県との関係は？

船橋市、佐倉市、成田市、印西市がホストタウンになっています。

○ミートボールスパゲッティ : Spaghetti and meatballs  
現地の子どもも大好き。トマトベースのソースにミートボールが入ったスパゲッティです。

○コーンサラダ : corn salad  
アメリカは、とうもろこしの生産量、消費量、輸出量のいずれも世界第一位。コーンたっぷりのサラダにします。