



# きゅうしょくだより



11月 給食目標 感謝して食べよう

給食はたくさんの人々に支えられています



酪農家



漁師



農家



食品工場や



お店の人たち



配達業者



調理員



和食の日（11月24日）は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」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、和食文化国民会議により制定されました。

【和食と発酵食品】微生物の働きによって保存性やおいしさを高めた「発酵食品」は和食に欠かせません。地域特有の発酵食品が多くあります。

## 日本の伝統的な発酵食品



しょうゆ



みそ



酢



酒



みりん



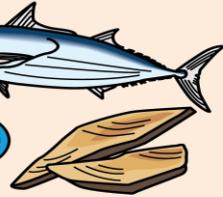
漬物



納豆



塩辛



かつお節

## 給食で世界旅行

### 11月29日（水） 麦入りごはん ヤンニョムチキン チャプチェ ミョックツ

今回は韓国料理です。韓国では「パンチャン」と呼ばれるおかず、ご飯、スープの献立が一般的です。ヤンニョムチキンは、コチュジャン、ニンニク、砂糖、その他の香辛料から作るたれ（ヤンニョム）で味付けされた韓国のフライドチキンの一種です。チャプチェは伝統的なおかずで、野菜、きのこ、肉などを細切りにして炒め、韓国の春雨と混ぜ合わせて作ります。韓国の春雨はさつまいも澱粉を主原料とし、太くコシが強い春雨です。ミョックツは「わかめスープ」のことです。わかめを炒めてから、スープでトロトロになるまでよく煮こんで作ります。産後や誕生日に食べられています。

## ブックメニュー

11月20日（月）から読書旬間です。今回もブックメニューがあります。

### ○11月22日（水） ココアパン こまったさんのグラタン マカロニスープ

「こまったさんのグラタン」（寺村輝夫 作 岡本颯子 絵 あかね書房） このお話では、いろいろなお客さんがそれぞれ食べたいグラタンを注文します。その中から「ほうれんそうとハムのグラタン」を作ります。

### ○11月30日（木） チーズパン キキの肉団子トマトスープ アーモンドあえ

「魔女の宅急便」（角野栄子 作 福音館書店） 魔女のキキの生まれた町では、大みそかの夕食にトマトで煮た大きな肉団子を食べる習慣があります。給食でも大きな肉団子を作り、トマトスープに入れて味わいます。