

学校・家庭を結ぶ 食育だより (小学校用)

もいもい

令和2年11月20日

文責： 栄養教諭 村田佳織

学校栄養職員補助 川端夕渚

めぐ あじ きゅうしょく ふくいとかっチャまの恵みを味う給食

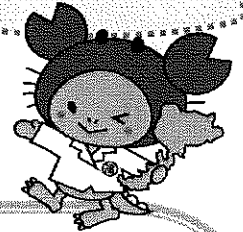
【今回のテーマ】

地場産食材や だしのうま味を使った

「ふくいの地場産和食給食」

11月24日(火)

実施予定です！



献立

- 県産豚肉のしょうゆカツ丼
- 地場野菜たっぷりみそ汁
- お米のムース

県産豚肉のしょうゆカツ丼

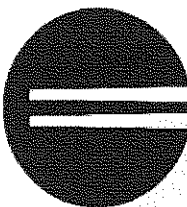
福井県産の豚肉を使ったトンカツと野菜を、ごはんの上ののせます。

地場野菜たっぷりみそ汁

またげや里芋など、地場野菜がたくさん入ったみそ汁です。

お米のムース

福井県内の学校で、大人気のデザートです。



いいにほんしょく

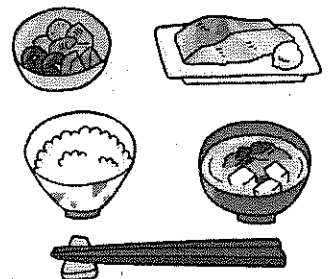
11月24日は「和食の日」

「和食：日本人の伝統的な食文化」は、ユネスコ無形文化遺産に登録されています。

和食の基本『一汁三菜』って？

日本人の主食であるごはん、汁もの1品、おかず3品(主菜1品・副菜2品)を組み合わせた献立のことです。

日本では昔から、一汁三菜を基本とした栄養バランスのよい食事です。自然の美しさや季節を表現したり、年中行事にも深くかかわったりしています。和食や日本人の伝統的な食文化について考え、これからの未来にも伝えていきたいですね。

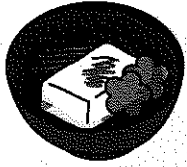


しょくいく 食育チャレンジちようせんに挑戦!

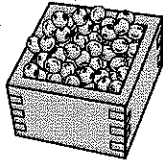
年 名前

チャレンジ1

日本にほんには1年ねんを通していろいろな行事ぎょうじがあり、それにちなんだ料理りょうりや食べ物たものがあります。
行事ぎょうじにあてはまる料理りょうりを線せんでつないでみましょう。



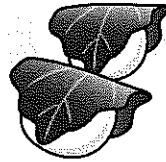
おそうに



せつぶんまめ



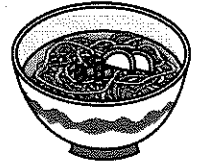
ちらしずし



かしわもち



やきさば



としこしそば

こどもの日

お正月

おみそか

ひなまつり

はんげしょう

せつぶん

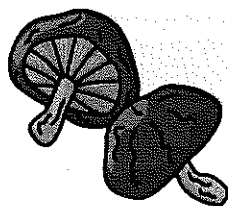
チャレンジ2

(高学年向け) ※低学年ていがくねんの人も、やってみましょう!

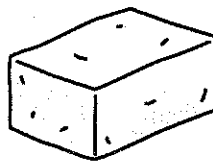
だしがきいたみそ汁しるは、とてもおいしいですね。だしがとれる食べ物たものに○を付けましょう。



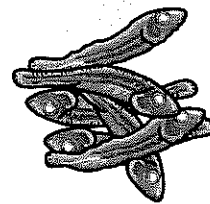
こんぶ



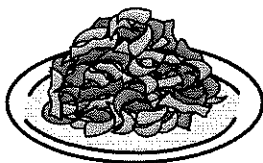
しいたけ



とうふ



にほし

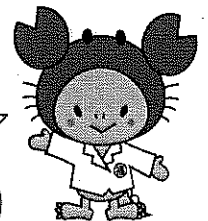


かつおぶし



トマト

ふだん食べている給食きゅうしょくや、
家庭科かていかの時間じかんを思い出おもして
と取り組んでみましょう。



できた人は学校がっこうに持ってきましょう。

カニリュウくんシールをプレゼントします!