



給食だより

令和6年10月31日
中野区立武蔵台小学校
校長 若菜康史
栄養士 木澤 祐子



秋も深まり、日中と朝晩の気温の差が大きくなりました。
これから寒さが本格的になりますので、しっかり食べて体力をつけ風邪をひかない丈夫な体をつくしましょう。

11月23日は勤労感謝の日です。

この日はもともと『新嘗祭』という作物の収穫に感謝する日でした。
今年もたくさんの農作物が収穫されたことに感謝し、食べ物を大切にいただきます。

11月の給食目標★『感謝の気持ちで食事をしよう』

食事の挨拶ってどんな意味があるの？



かかわった人や命への感謝が込められているよ



いただきます

食べ物はもともと生きて動物や植物の命です。
その命をいただくことへの感謝が込められています。



いただきます
生き物の命をいただくことへの感謝



ごちそうさま

漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうございますという意味です。



ごちそうさま
食事を準備してくれた人への感謝

感謝の心を持って食べましょう

●新米の季節です●

～給食のお米も今月から新米になります～



新米と表示できるのはいつまでに袋につめた米でしょう？

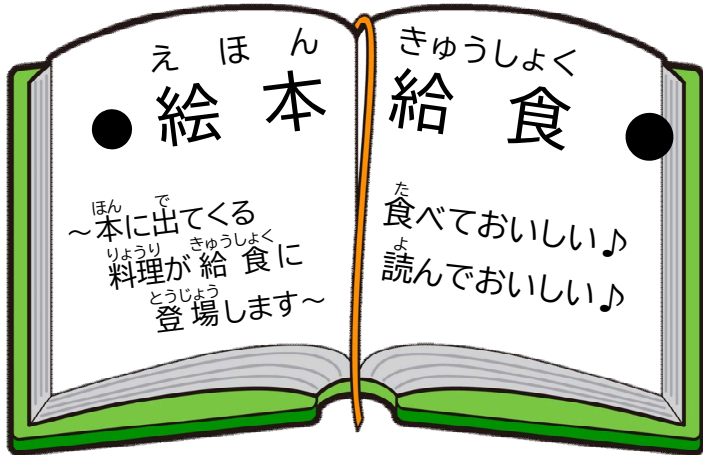
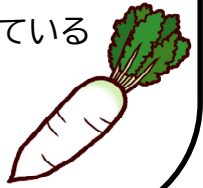
- ① 収穫された月の次の月まで
- ② 収穫された年の12月31日まで
- ③ 収穫された次の年の秋まで



米のクオリティを高めるために
2024年11月13日よりお米の品質向上を図ります。

11月の献立紹介

- 6日(水)【たてわり青空給食】
給食室で作ったご飯やおかずを詰めたお弁当を持って、校庭でたてわり班ごとに食べます。
- 15日(金)【早船さんの花野菜】
武蔵台小学校のすぐ近く、早船さんの畑からブロッコリーとカリフラワーが届きます。
- 20日(水)【江戸東京野菜「大蔵大根」】
大蔵大根は、江戸時代、おもに世田谷区で栽培されていた大根です。一般的に流通している青首大根よりも病気に弱いのですが、味がよく、青首大根の2倍ほど大きく育ちます。八王子市にある「とうきょう元気農場」でとれた大蔵大根を使って煮物を作ります。



図書委員会の児童が絵本の読み聞かせしてくれます

11/1(金)「タンダの山菜鍋」

【精霊の守り人】作:上橋菜穂子 より
傷だらけになったバルサを手当した薬草師の
タンダ。きのこを使ったタンダ得意の山菜鍋、
女用心棒のバルサも大好物です。

11/14(木)「かあちゃんのチーズハンバーグ」

【かあちゃん取扱説明書】
作:いとうみく、絵:佐藤真紀子 より
かあちゃんをほめると、ぼくの大好きな
チーズハンバーグを作ってくれました。

11/26(火)「ハリーポッターの
シェパードパイ」

【ハリーポッターと秘密の部屋】作:J.K.ローリング より
魔法学校で新たな事件が!!「シェパードパイ」は
ハリーを元気づけることができるでしょうか。

11/29(金)「ぐりとぐらのカステラ」

【ぐりとぐら】作:なががわりえこ、絵:おおむらゆりこ より
ぐりとぐらが森で大きな卵を見つけました。
大きな卵で森みんなに大きなカステラを作って
ふるまいます。

11/7(木)「まゆとおにの大根汁」

【まゆとおに】文:富安陽子、絵:降家なな より
山姥のお母さんが、娘のまゆと、友達に
なった鬼のために作ってくれました。

11/21(木)「りっちゃんの元気サラダ」

【サラダでげんき】作:角野栄子、絵:長新太 より
お母さんが元気になりますように・・・と、
りっちゃんはおいしいサラダを
作ることにしました。

11/27(水)「ホイティの魚フライと
カレースープ」

【きつねのホイティ】
作:シビル・ウェッタシンハ、
訳:まつおかきょうこ より
きつねのホイティは人間に変装して、
おかみさんからカレーをごちそうになりました。

図書室にある本です
ぜひ読んでみてください

