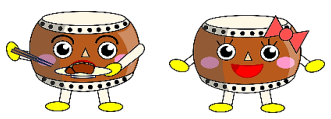
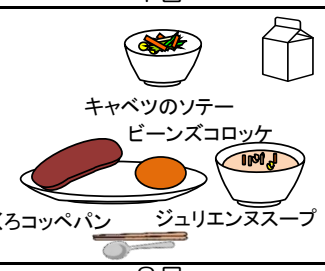
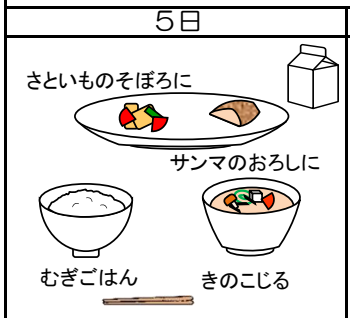
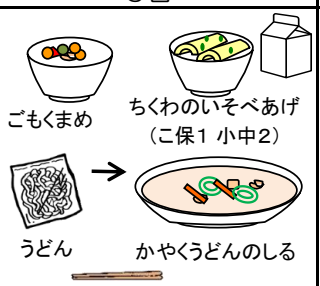
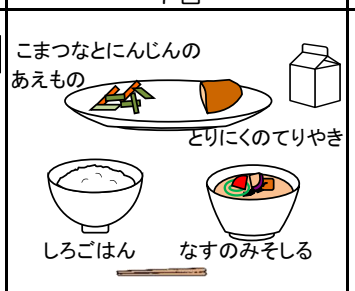
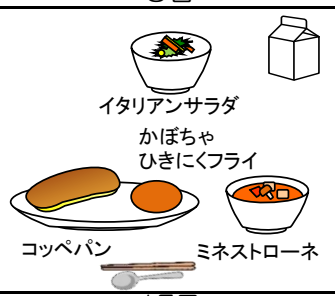
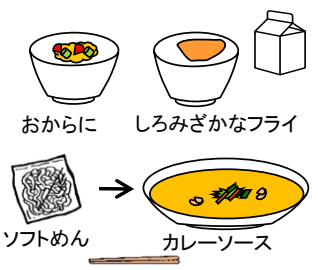
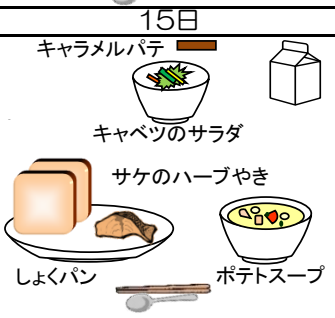
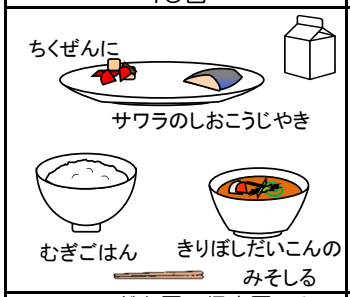
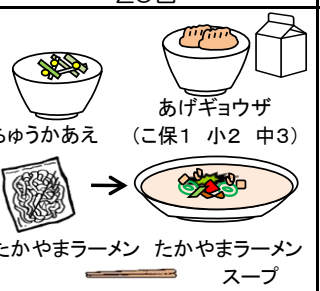
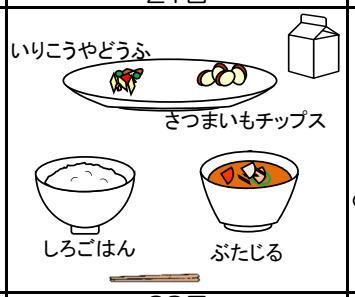
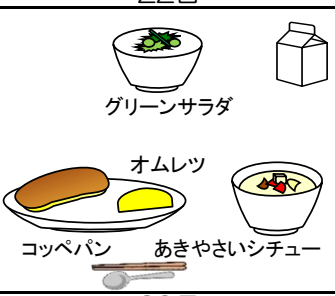
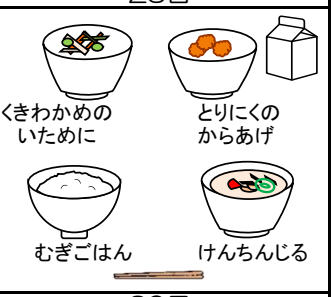
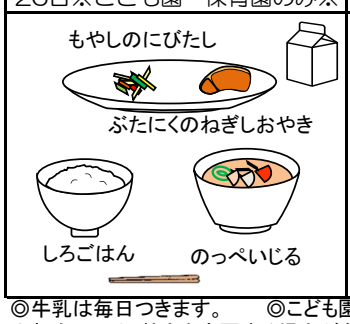
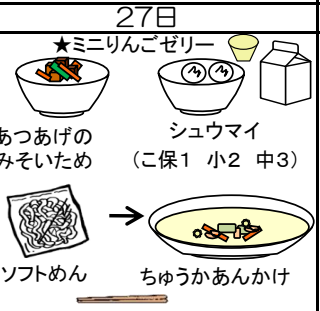
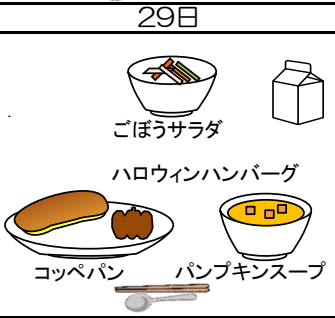
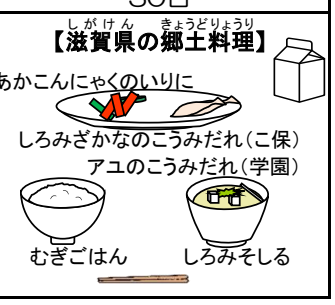
# 令和８年度
# １０月　よていこんだてひょう

北方町給食調理場

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|---|---|
| 北方町ホームページに給食の写真をのせています！<br>ここから毎日の給食の<br>写真を 見ることができます。<br> | | 【今月の旬の食べ物】<br>〇さつまいも　〇れんこん<br>〇さといも　〇きのこ類<br>〇サバ　〇サンマ<br>〇だいず<br>【今月のふるさと食材】<br>こめ　こむぎ　ぎゅうにゅう<br>ぎゅうにく　ぶたにく<br>アユ　なす　はくさい | 1日<br> | 2日<br> |
| 5日<br> | 6日<br> | 7日<br> | 8日<br> | 9日<br> |
|  | 13日※こども園・保育園のみ※<br> | 14日※こども園・保育園のみ※<br> | 15日<br> | 16日<br> |
| 19日<br> | 20日<br> | 21日<br> | 22日<br> | 23日<br> |
| 26日※こども園・保育園のみ※<br> | 27日<br> | 28日<br> | 29日<br> | 30日<br> |

◎牛乳は毎日つきます。　◎こども園・保育園は、麦ごはんではなく、白ごはんです。
◎都合により、献立を変更する場合があります。　◎ ★は業者の配送となります。
◎学校給食で使用する米・麦・一部大豆・野菜については、「学校給食地産地消推進事業」により、県・町・JAグループから補助をうけています。
◎「学校給食地産地消推進事業」では、安全でおいしい岐阜県のお米や野菜を使った給食を食べてもらうことで、農業について学んでもらいたいと考えています。

## 「味覚の秋」がやって来た！

## 五感で味わい、食事を楽しみましょう



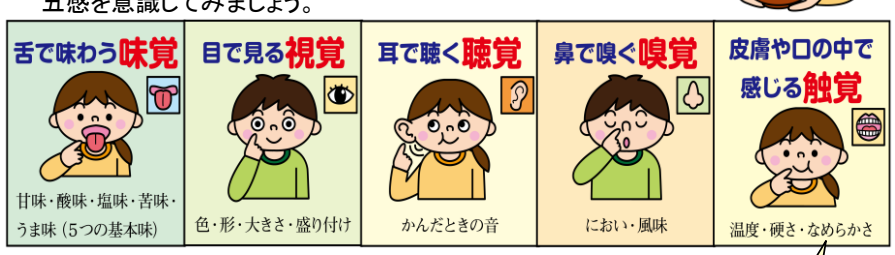
新米をはじめ、さまざまな農作物が収穫の時期を迎えています。サンマやサケなどの魚も脂がのっておいしい季節です。このように秋は旬の食べ物が豊富で、気候も過ごしやすく食欲が増すことから、「味覚の秋」や「食欲の秋」といわれます。

食事のとき、テレビやスマートフォンを見ながらダラダラ食べていませんか。食事に集中してよく味わうことで、満足感が高まり、心も体もリフレッシュできます。五感を使って味わい、「味覚の秋」を楽しみましょう。

### 五感を使って味わうとは？



五感とは、味覚・視覚・聴覚・嗅覚・触覚の5つの感覚のことです。このうち舌で感じるのが「味覚」ですが、実はそれ以外の4つの感覚も、食べ物のおいしさに深く関わっています。食べるときに五感を意識してみましょう。




味覚ではなく触覚で感じるもの
〇辛み・・・唐辛子などのピリピリとした刺激や熱さ
〇渋み・・・濃い緑茶や渋柿などで、舌がキュッとする感覚
〇清涼感・・・ミントなどのスースーとした冷たさ