令和8年度　11月

よていこんだてひょう

北方町給食調理場



月	火	水	木	金
2日	3日	4日	5日	6日
★ミニピーチゼリー(学園) にくじゃが サバのしおやき むぎごはん すましじる	文化の日 ぶんか　ひ	こうやどうふのにもの サワラのさいきょうやき しろごはん のっぺいじる	かみかみソテー カレーメンチカツ くろコッペパン ポトフ	★りんご(学園) シュウマイ(こ保1 小2 中3) ビビンバのぐ むぎごはん わかめスープ
9日	10日	11日	12日	13日
だいずのいそに イワシのかばやきふう むぎごはん きりぼしだいこんのみそしる	★オレンジ ごぼうサラダ ウインナー (こ保小1 中2) ★ロールパン やきそば	すろっぷ ぶたにくのかりんあげ しろごはん ごもくじる	いもいもサラダ とりにくのハーブやき コッペパン やさいスープ	【日本の郷土料理:山形県】 ★ラフランスゼリー(学園) にびたし カレイのからあげ むぎごはん いもにじる
16日	17日	18日	19日	20日
きりぼしだいこんのいために サバのこうみやき むぎごはん すましじる	ほうれんそうのだいずあえ あつやきたまご ソフトめん にくみそソース	【食育の日】 ★かき(学園) ふきよせに しろみざかなのあまだれかけ(こ保) アユのあまだれかけ(学園) しろごはん じんだじる	たらこポテト だいずとこざかなのごまがらめ こめこパン いとぬきトマトのスープ	★ヨーグルト(学園) ひじきのにもの ぶたにくのねぎしおやき むぎごはん さつまいものみそしる
23日	24日	25日	26日	27日
勤労感謝の日 きんろうかんしゃ　ひ	【日本の郷土料理:愛知県】 ひきずり れんこん チップス きしめん みそきしめんのしる	★ミニピーチゼリー たまごととうふのしんじょ (こ保小1 中2) ぶたどんのぐ しろごはん みぞれじる	★パインアップル(学園) カラフルソテー マグロカツ コッペパン コーンスープ	こんにゃくサラダ ハンバーグ むぎごはん ユニバーサルカレー
30日	まいにち、はしを もってきましょう！	【今月の旬の食べ物】 イワシ　サバ　アユ　ブロッコリー ほうれんそう　だいこん　さといも さつまいも　りんご　かき 【今月のふるさと食材】 こめ　こむぎ　ぎゅうにゅう ぶたにく　キャベツ　だいこん たまねぎ　はくさい　トマト　ねぎ ブロッコリー	◎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。 ◎岐阜県産の豚肉や魚、野菜は、「学校給食県産農産物導入促進支援事業」により、県から補助をうけています。	
ブロッコリーのごまあえ ニシンのたつたあげ むぎごはん みだくさんみそしる				

11月24日は和食の日、11月は和食月間です！

私たち日本人の伝統的な食文化である「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産は、遺跡や自然などが登録される世界遺産とは異なり、土地の歴史や生活風習と深く関わる伝統や行事など、目に見えない文化を対象としています。そして、11月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。今月は和食に親しみましょう。

日本人の伝統的な食文化 和食 に親しもう

「和食」に欠かせないもの

だし



だしのうま味は、日本独自の味覚で海外からも注目されています。

米



米は、ご飯だけでなく、団子やもちやみそ、みりんに使われます。

発酵調味料



発酵調味料は、微生物の力を利用して作られています。

日本の食文化を大切にするために、心がけたいこと

食器を正しく並べましょう。



お箸を正しく持って、使いましょう。



地域に伝わる郷土料理や行事食を味わってみましょう。



食材や給食にかかわった方々に、「いただきます」、「ごちそうさま」を心をこめて言いましょう。



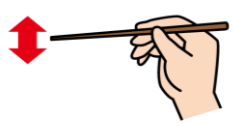
はしを上手に使って、きれいに食べよう

正しいはしの持ち方を確認してみましょう。

① 1本のはしを、えんぴつを持つように、親指・人差し指・中指で持つ。



② 「1」の字を書くように、たてに動かす。



③ 親指の付け根から、もう1本のはしを通し、薬指で支える。



④ 上のはしだけを動かして、はし先を開いたり閉じたりする。

