



わしょく ～和食について知ろう～



給食センター よしお

あき ふか きのこや 魚、芋や 旬の野菜等何でもおいしい季節になりました。気候も過ごしやすく、給食の残りも少なくなる時期ですが、献立によってとても多い時があります。今月の給食だよりでは、比較的給食の残りが多い「和食」がテーマです。

わ しょく とく ちょう 和食の4つの特徴

1 新鮮で豊かな食材とその持ち味をいかす 	2 栄養バランスがよい
3 しぜん うつく 自然の美しさ きせつ ひょうげん 季節を表現 	4 おんちやうぎょうじ 年中行事と かか 関わりが深い



にほん しょくぶんか おけいぶんか いさん
日本の食文化は、ユネスコ無形文化遺産に
「和食：日本人の伝統的な食文化」として登録され、
せかい ちゆうもく わしょく りやうり
世界から注目されています。この「和食」とは料理の
ことだけでなく食文化そのものを意味し、
ひだり とくちょう
左のような特徴があります。

11月24日は和食の日です。和食を味わいその魅力を感じ、
にほん しょくぶんか かんが
これからの日本の食文化について考えてみましょう。

わ しょく 和食のマナーをチェック!



☐ 「いただきます」「ごちそうさま」を、心を込めて言っていますか? しょくじ 食事のあいさつには、しぜん めぐ い 自然の恵みや生き物の命、食事が出来上がるまでに関わった人たちの感謝の気持ちが入っています。	☐ 食器の正しい置き方を知っていますか? おわんの持ち方 はん ひだり するもの みぎ おく ご飯は左、汁物は右、おかずは奥に置くのが基本です。ご飯や汁物のおわんは、手に持って食べます。	☐ 箸を正しく持っていますか? うえ はし 上の箸だけを動かす うえ はし うご た もの 上の箸だけを動かして、食べ物を挟みます。箸のみで食事をするのは、日本独自の習慣です。
--	--	---

11月29日はぐんますきやきの日



ぐんまけん ねん や おうえんけん せんげん
群馬県は、2014年に「すき焼き応援県」を宣言しました。
ぐんまけん うし ぶた しょうじつ にく せいさんりょうにほんいち
群馬県には牛や豚など上質な肉、生産量日本一のこんにゃくがあります。
そして、ブランド野菜として知られている下仁田ネギや、椎茸、春菊、
はくさい やさい し もにた しいたけ しゅんぎく
白菜などおいしい野菜がたくさんあるので、すき焼きの具材
けんないさん や じきゅうりつ パーセント けん
すべて県内産でまかなえる「すき焼き自給率100%」の県です。
きゅうしょく ぐんま ぶたにく
給食では11月29日に群馬の豚肉、こんにゃく、しいたけ、ねぎ、
りょう ぐんま ぶた や どうじょう
まいたけを利用した群馬の豚すき焼きが登場します。

【おうちの方へ】

給食センターのホームページでは毎日の給食写真や食育情報として郷土料理のレシピなど掲載しています。

ぜひご覧ください。

検索

吉岡町給食センター