



わ し ょ く

し

和食のよさを知ろう！



給食センター よしお

「和食＝日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されていることを知っていますか？

ここでいう「和食」とは、ただ単に料理のことだけでなく、日本の豊かな自然や気候風土のもとで育まれてきた食文化そのものをいいます。給食もご飯を主食とした和食の献立を中心に、行事食や郷土料理を取り入れるなど、子どもたちに伝統的な食文化を伝えていきたいと思ひます。



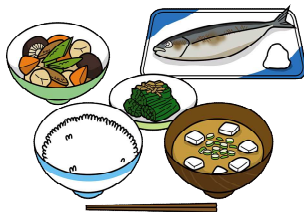
～ 和食の特徴～



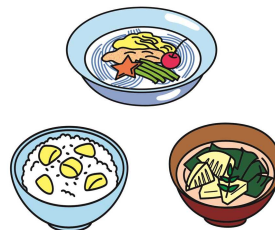
①新鮮で豊かな食材が使われている



②一汁三菜でバランスがよい



③季節が感じられる



④正月をはじめ行事食と関わりをもっている



～給食の残量を見てみよう～

給食センターにもどってくる給食の残量を見ると、洋食よりも和食の方が多く残ってきます。和食の中でも魚、野菜のあえ物、具たくさんの汁、かみごたえのある料理は、苦手なようです。日本の自然から生まれ、歴史の中ではぐくまれた食文化「和食」を理解し、受け継いでいきましょう。

洋食

残量33kg



和食

残量110kg



ロールパン 牛乳
チキンのチーズやき ポテトサラダ
白菜スープ

残量約3倍



ごはん 牛乳 さばのおろしに
肉じゃが ふうのみそ汁

