

きゅうしょく
給食だより

2025年10月31日

ランチルーム 11月号

豊能町立ひかり幼稚園



地域でとれる野菜を
食べよう！



急に寒くなってきましたが、体調を崩さず元気に登園してください。
給食もたくさんおかわりをして食べてくれています。おうちでもしっかり食べて元気に過ごしましょう。

給食ボランティアもたくさんの方にご参加いただいて、大変助かっています。ご協力ありがとうございます。

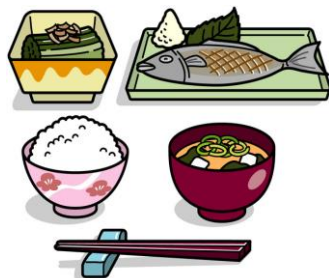
和食の日

11月24日は「いい日本食」のごろ合わせから、「和食の日」とされています。

「和食」はユネスコ無形文化遺産に登録された日本人の伝統的な世界に誇るべき食文化です。

日本の食文化にとって大変重要な時期である秋の日に毎年一人ひとりが「和食」文化について認識を深め和食文化の大切さを再認識するきっかけの日となっていくよう願いがこめられています。

日本は豊かな自然に恵まれ、多様な食材があります。和食は栄養バランスが良いことや、自然の美しさとの表現や年中行事との密接なかかわりなどの特徴を大切にしていきたいです。



地産地消

地域でとれた農林水産物を地域で消費する事を「地産地消」といいます。旬のものを新鮮なうちに食べる事が出来るのが利点です。遠くから食べ物を運ぶためのエネルギーであるフードマイレージを節約でき、温室効果ガスの排出量を減少させるので地球温暖化の防止にもつながります。



豊能町を食べる日

豊能町ではじゃがいも・ねぎ・玉ねぎ・ヤーコン・高山真菜・高山ごぼう・きゅうり・トマトなどのたくさんの作物がとれます。

加工品も作られていて、お味噌は「かあちゃん味噌」とよばれ、きゅうりを加工した「かあちゃん漬け」があります。

給食では豊能町でとれる作物を知り、地域の農業に目を向けるきっかけになるように「豊能町を食べる日」を実施しています。

給食では豊能町で作られた食べ物が出る日は献立に「とよのんマーク」がついています。
今月は17日・27日です。



ヤーコン

見た目はさつまいものようなのですが皮の色は茶色で、小さな黄色の花が咲きます。
シャキシャキとした食感で生のままサラダやきんぴらにしてもおいしいですよ！
アクが強いので水にさらして使いましょう。



＊＊加工食品など材料が気になる方はご連絡ください＊＊