

# すくうるうんち 11月号



精華町学校給食委員会

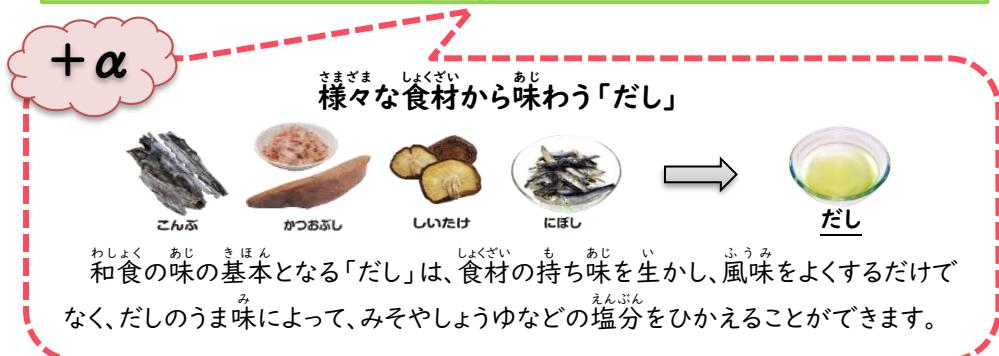
11月の食育目標

## 『日本食について知ろう』

11月24日は和食の日です。「和食」は自然の恵みを生かした伝統的な日本の食文化として、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されています。和食の特徴を知り、これからも日本の伝統を大切にしながら受け継いでいきたいですね。

### ～和食文化の特徴～

<b>①多様で新鮮な食材</b> 山の幸 海の幸	<b>②ごはんを主食とした「一汁三菜」</b> 里の恵み
<b>③自然の美しさと季節感</b> 春 夏 秋 冬	<b>④年中行事との関わり</b> 正月 ひなまつり お月見



精華町で作られた食材は…

らくいも さといも じゃがいも キャベツ こまつな



いっぱい !!

毎月19日は  
食育の日



## 毎月19日は食育の日です。

今年度の食育の日のテーマは、「みんなの好きな食べ物は?」です。キャラクターたちの好きな料理やおすすめ食材を使った献立が登場します。

11月19日(水)

～「京町セイカ」おすすめの「洛いも」を使った献立!～

ミルクパン、セイカおすすめ♡洛いもチーズ焼き、もちもちスープ、牛乳  
今月は、精華町の広報キャラクター「京町セイカ」がおすすめする精華町の特産品「洛いも」を使った「チーズ焼き」の登場です。洛いもはヤマノイモの一種で粘りが強く、ほのかに甘みがあります。食感や味を生かすため、シンプルな味付けでチーズ焼きにしていただきます。

## 中学校リクエスト給食

精華町立中学校の3年生に好きな給食のアンケートを実施しました。それぞれの学校で人気のあった献立を紹介します!

<b>ぜんこう 全校</b>	<b>せいかうちゅうがっこう 精華中学校</b>	<b>せいかみなみちゅうがっこう 精華南中学校</b>	<b>せいかにしちゅうがっこう 精華西中学校</b>
★わかめご飯 ★とり肉のからあげ ★春雨スープ	★きなこパン ★マカロニサラダ ★クリームシチュー	★カレーピラフ ★バーベキューBBQチキン ★ミネストローネ	★ご飯 ★大豆のカリポリ揚げ ★ぶた汁