



令和元年11月20日  
文京区立小日向台町小学校  
校長 田中 純一  
栄養士 山口 絵子

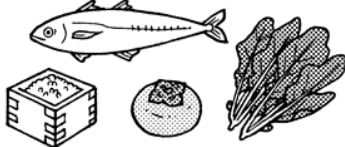



## 給食だより

秋も深まってきました。今月は、「勤労感謝の日」や「和食の日」があります。こうした日を迎えるにあたって、動植物などの自然の恩恵への感謝と共に、生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちをあらわし、和食文化の継承の大切さを考える機会にしましょう。

11月24日は  
「和食の日」

## 受け継いでいこう和食文化

### 和食文化の特徴

<p>①多様で新鮮な食材と 素材の味わいを活用</p> 	<p>②バランスがよく、 健康的な食生活</p> 
<p>③自然の美しさの表現</p> 	<p>④年中行事とのかかわり</p> 

和食は、2013（平成25）年12月に「和食；日本人の伝統的な食文化」としてユネスコ無形文化遺産に登録されました。和食は多様で新鮮な食材が用いられ、素材の味わいを生かした調理がされています。また、一汁三菜を基本としていることから、栄養バランスがよく、健康的な食事になっています。そして、自然の美しさを表現し、年中行事とも深いかかわりがあります。家庭の中で和食のよさや食文化について話してみてもいいのではないでしょうか。

10月17日（木）に給食試食会を行いました。献立は「きつねうどん・からし和え・大学芋・牛乳」でした。試食の後に、調理員さんの紹介と、給食の行事、給食室の中の様子などについてお話をしました。

アンケートでは、「おいしかった」「衛生面に配慮して、調理をしていることが分かった」「給食のカレーライスや揚げパンを食べてみたい」といった声がありました。いただいたご意見を参考に、今後も安全・安心でおいしい給食の提供に努めていきたいと思っております。ご参加いただき、ありがとうございました。

### スイートポテト(8個分)

さつまいも	大2本
砂糖	大さじ3
バター	大さじ2
生クリーム	大さじ3
牛乳	大さじ2
バニラエッセンス	少々
卵	1個（適量）
舟形アルミカップ	8枚

- ①さつまいもは皮をむき、蒸してつぶす。
- ②つぶしたさつまいもに、砂糖～バニラエッセンスを加えてよく混ぜる。
- ③②をカップに入れ、上に卵を塗り、焦げ目がつくくらいに焼く。