11月号 きゅうしょくだより

令和８年　１１月
新座市立新堀小学校

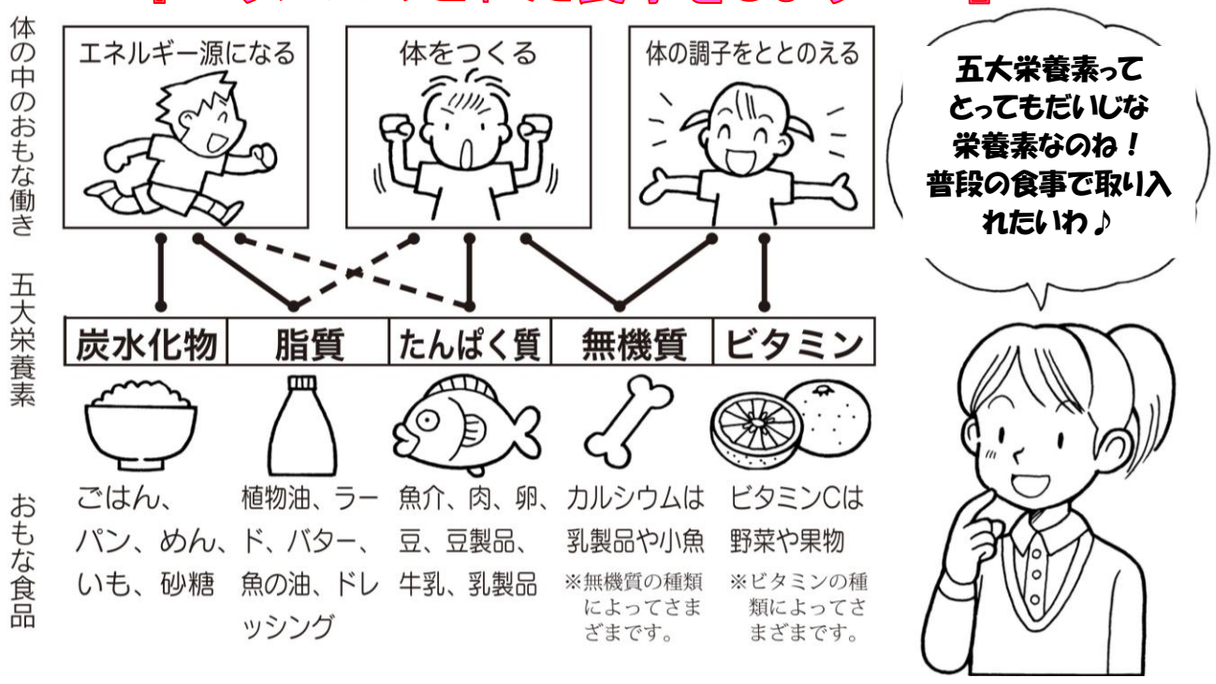


晩秋から冬にかけては、風邪やインフルエンザがはやる季節です。日ごろからうがい、手洗いをこまめに行い、しっかりと感染症の予防をしましょう。また、今一度生活リズムをふり返り、十分な睡眠、適度な運動、バランスよい食事により身体の抵抗力を高め、元気に過ごしましょう。

～風邪予防ポイントその①～
『生活リズムを整えよう！！』



～風邪予防ポイントその②～
『バランスのとれた食事をしよう！！』



地域やさいウィーク　11月16日(月)～11月20日(金)

本校では、こなつな・だいこん・長ネギ・はくさい・ほうれん草を地元農家の鈴木農園さんより届けていただいています。

埼玉県では、11月の第3週目に【地場産物強化ウィーク】として啓発しています。

地域でとれる食べ物を、その地域で食べることを「地産地消」といいます。給食の献立から地域の食材を探してみましょう

地産地消のよいところ

新鮮で安心

生産地が近く、つくっている人や場所がわかるので、新鮮で安心な食べ物が手に入ります。



地域の活性化

地域でつくられたものを買うと、その地域の経済を活性化させ、生産者を応援することができます。



環境によい

輸送距離が短いので使う燃料が少なく、地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出も減ります。



©少年写真新聞社2022

＊＊＊　今月の行事こんだて　＊＊＊

11月12日(木)　おきなわ県　郷土献立
(タコライス・アーサー汁・セレクトデザート(カラメルソースプリン・チョコプリン)・牛乳

おきなわ県の海でとれる海藻『あおさ』を使ったアーサー汁は、磯の香りが広がる汁物です。タコライスは、おきなわ県では、親しまれている料理で、ご飯の上にスパイシーなひき肉や野菜をのせて食べる料理です。自分で選んだセレクトデザートと一緒にいただきましょう。

11月13日(金)　❀　七五三お祝い献立　❀
(こぎつね寿司・すまし汁・きなこケーキ・コーヒー牛乳)

七五三は、11月15日に、子どもの成長をお祝いする行事です。昔は今のようにいろいろな種類の薬や病院がなく、7歳までは特に病気にかかりやすいとされていました。そこで、神様に元気に育つようにお願いする儀式が、今の七五三へと受け継がれています。この日は、全学年への成長のお祝いの心を込めてきなこケーキを作ります。楽しみにしていてください。

11月16日(月)～20日(金)　地産地消ウィーク

埼玉県の郷土料理や、新座市の野菜を使用した献立を取り入れています

★けんちんうどん・・・だいこんやにんじん、さといも、ねぎが入った新座市内でとれた野菜がたっぷり入ったうどんです。

★ゼリーフライ・・・埼玉県行田市の郷土料理で、おからが入った小判の形にしたコロッケです。

給食試食会について
11月20日(金)(給食試食会＆学校保健委員会)への申し込みいただきありがとうございます。ぜひ親御さん同士の情報交換の場としてもご活用ください。

