FOOD & LIFE

１１月号

神山町学校食センター

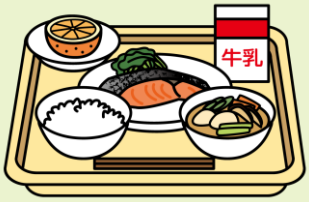
食育だより

11月24日は和食の日、11月は和食月間です！

私たち日本人の伝統的な食文化である「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産は、遺跡や自然などが登録される世界遺産とは異なり、土地の歴史や生活風習と深く関わる伝統や行事など、目に見えない文化を対象としています。食文化では「和食」のほかに「伝統的酒造り」が2024年に登録されました。毎年11月24日は和食文化国民会議が定める「和食の日」、そして、11月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。学校給食では、ご飯を中心に、だしのうま味を生かした汁物や旬の食材を使った料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、「和食」文化に触れる機会を大切にしています。毎日の給食から「和食」について学んでみませんか？

給食から学ぶ 和食文化

「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事



「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち



行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化



１１月16日（月）の**「もち米入りさつまいもごはん」**には、神領小学校と広野小学校の５年生が育てた「もち米」を使っています。白米と混ぜて炊いています。５年生のみなさん、ありがとうございました。（献立表に★がついています）



６年生・中学生のみなさんが考えてくれた献立を給食風にアレンジして登場！
１１月６日（金）に予定している「**徳島県産しいたけと鶏の炊き込みごはん**」は、神山中学校２年生の○○○○さんが考えてくれた献立です。お楽しみに♪（献立表に◆がついています）

今月の料理 こんげつのりょうり

もち米入りさつまいもごはん



（材料　３人分）
米…1合
もち米…25g
酒…小さじ1
塩…1.5g
さつまいも…60g

（作り方）
1.炊飯器の内釜に洗った白米ともち米を入れ、白米１の目盛りより少し多めに水を注ぎ、30分浸水させる。
2.さつまいもを 1.5cm角に切り、10分間水にさらしてアクをぬく。（さつまいもの皮は、むいてもむかなくてもOK）
3.１から小さじ１杯分の水をすくい取り捨ててから、酒・塩を加え、底からやさしく混ぜる。
4.アク抜きしたさつまいもを３の上に乗せて炊く。