

給食だより 11月

令和4年度 津市立南が丘小学校



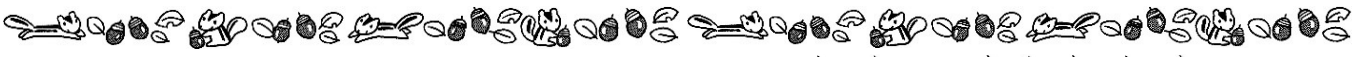
秋が深まってきました。紅葉がきれいな季節ですね。また、11月23日は勤労感謝の日です。給食が様々な人に支えられて成り立っていることを忘れず、感謝していただきましょう。

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、健康的な食生活になっています。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合ってみてください。

給食では、昔ながらの和食メニューを月に数回取り入れていきます。ぬた、切干大根の煮物、おからの炒り煮などがそうです。11月は「ふろふき大根」が登場します。



きゅうしょくレシピ

- <豚肉のアングレース(4人分)>
- 豚もも肉かたまり・・・ 200g
 - 酒・・・ 小さじ2
 - しょうが・・・ 少々
 - 片栗粉・・・ 大さじ3
 - 揚げ油・・・ 適量
 - ★さとう・・・ 12g
 - ★ウスターソース・・・ 20g
 - パン粉・・・ 25g



<作り方>

- 1、豚肉は2センチ程度の角切りにし、酒、おろしたしょうがをもみこむ。
- 2、パン粉は、フライパンできつね色になるまで炒る。
- 3、1の豚肉に片栗粉をまぶし、油でからりと揚げる。
- 4、★の調味料を煮立ててソースを作り、豚肉とからめ、3のパン粉をまぶして完成。

食の豆知識



ぎんなんが実らないいちようがあるのはなぜ？

- ① いちように似ている別の植物だから
- ② オスとメスの木があり、オスの木には実がならないから
- ③ 実る前に枝を切っているから

ぎんなんは漢字で「銀の杏」と書いて、「银杏」と読みます。また、いちようの漢字もぎんなんと同じく「银杏」と書きます。ふしぎですね。



② グメスのこと