給食だより

令和８年 １０ 月 ２９ 日
大田区立大森第八中学校
校　　長　大山　剛史
栄養職員　平松　秋生

１１月は勤労感謝の日があります。私たちが食事をすることができるのは、「食」が多くの人の活動によって支えられているからです。給食が食べられることを当たり前と思わずに、感謝して残さずに食べたり、食事のあいさつをきちんとするようにしましょう

給食×図書館　コラボメニュー

１０月２７日から１１月９日は読書週間です。今年度、給食では１学期から不定期で図書コラボ献立を実施してきました。１１月は、小説・エッセイなど、様々な本に関する料理を献立に取り入れます。

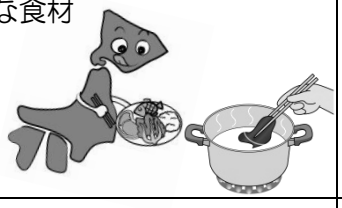
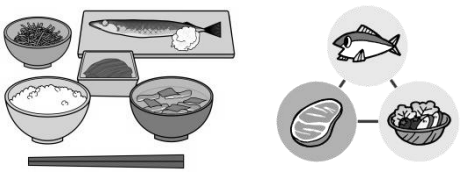
６日（金）：ミックスフライ　レモン風味
（めざせ！ムショラン三ツ星／黒栁桂子）
９日（月）：そぼろカレー（私の作ったお惣菜／宇野千代）
１１日（水）：パエリア（面白南極料理人／西村淳）
２０日（金）：鯨のステーキソース・クラムチャウダー
（白鯨／ハーマン・メルヴィル）
２５日（水）：ハヤシライス（流星の絆／東野圭吾）

１１月２４日は和食の日です。

和食の日は「**いい**（１１）**に**ほん（２）**し**ょく（４）」の語呂合わせで、秋の収穫を迎える時季に日本の食文化について見直し、和食文化の保護・継承の大切さを考える目的で制定されました。

１１月２４日の給食は、和食の日にちなんで「吹き寄せごはん」と「鰤（ぶり）の竜田揚げ」です。和食の良さを知り、残さず食べましょう。

和食の特徴

① 多様な食材と素材の味わいを活かす 地域に根差した色々な食材 素材を活かす調理法 	② バランスが良く健康的な食生活 一汁三菜を基本とした献立 
③ 自然の美しさの表現 旬の食材 季節感のある盛り付け・食器 	④ 年中行事との関わり お正月 節分 七夕など 