中学校給食通信

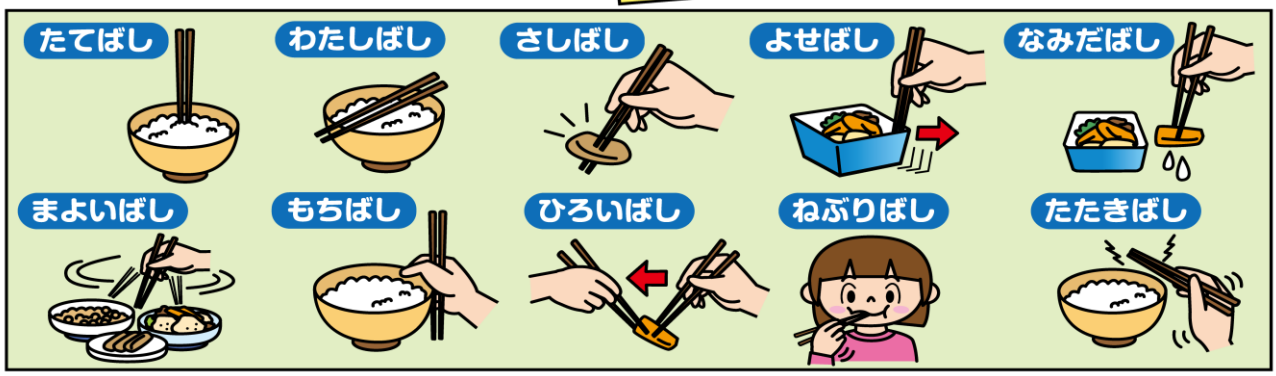
令和 8 年 11 月
摂津市教育委員会
第１１５号

11 月 24 日は「和食の日」です。和食は、日本の豊かな自然や食文化の中で育まれてきた大切な食文化です。和食の食事では、料理をはしで食べることが多く、はしは日本の食文化に欠かせない道具の一つです。みなさんは、正しいお箸の持ち方や使い方ができていますか？この機会に、毎日の食事で使っているはしに注目して、和食の良さや日本の食文化について考えてみましょう。

正しいはしの持ち方を確認してみましょう。



はしの使い方には、してはいけない嫌いばしと呼ばれる作法があります。



１２月のおすすめ！献立紹介

12月14日(月)　ピラフ　ローストチキン　ハンバーグ　小松菜とコーンのソテー　フライドポテト　お米でりんごタルト　野菜スープ　牛乳



１２月のお楽しみ、クリスマスメニューです。ピラフ風の炊き込みご飯にローストチキンとハンバーグをメインにして、いつもより少し豪華な献立になっています。楽しい昼食時間を過ごしてくださいね。

12月16日(水)　玄米入りごはん　さばのごまだれ焼き　かぼちゃのそぼろ煮　あずき団子　大根のみそ汁　ジョア（プレーン）



今年の冬至は 12 月 22 日ですが一足早く冬至の献立です。冬至には、かぼちゃ（なんきん）をはじめとする「ん」のつく食べ物を食べると運気が上昇すると言われています。デザートのあずき団子に使用している小豆も邪気払いの力があると言われ、冬至によく食べられる食材です。