

食育&給食だより

毎年11月は



(お家の人と一緒に読んでね)

『すくすくみやぎっ子 みやぎふるさと食材月間』

宮城県では、学校給食での県産食材の利用拡大と、県内の海・山・大地が育む豊かな食材について知ってもらうことを目的に、毎年11月を『すくすくみやぎっ子 みやぎのふるさと食材月間』としています。今月は県内産の食材はじめ、学校で生産・収穫された野菜をたっぷり献立に取り入れました。



身土不二(しんどふじ)

みなさんは「身土不二」という言葉を知っていますか？「しんどふじ」または「しんどふに」とも言われます。「身と土、二つにあらず」人の体と人が暮らす土地は一体で、切っても切れない関係にあるという意味で、「人と土は一体で、人の命と健康は食べ物で支えられ、食べ物は土が育てる」という考え方です。野菜も肉や魚も土がなければ栄養豊富な食べ物には育たない、自然と季節に必要な栄養が蓄えられます。その栄養を私たちは頂いています。これからはちょっと意識をして、私たちの土地のものも食べたいものですね。



学校の土で育てた野菜たち

さつまいも・大根・玉ねぎ・ねぎ・白菜・じゃがいも・かぼちゃ

小学部、高等部園芸班が丹精込めて育てた野菜を下記の日々に給食で使用します。

- ・さつまいも(13, 14, 15, 16, 17日) ・大根(21, 24, 28日) ・かぼちゃ(24日)
- ・白菜(13, 15, 17日) ・玉ねぎ(14, 16, 21, 27, 29, 30日)
- ・ねぎ(16, 17, 21, 22, 24, 27, 29, 30日) ・じゃがいも(7, 10, 14日)

