

11月 給食だより

令和8年度　都城学校給食センター

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

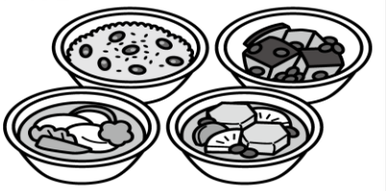
「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事



「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



郷土料理「ねったぼ」をつくってみよう！

材料　**6人分**

・さつまいも	250ｇ	★ きな粉	35g
・もち	50ｇ	砂糖	18g(大さじ2)
・砂糖A	9ｇ	塩	少々



作り方

① さつまいもをひと口大に切る。
② ①を15分蒸す。その上にもちを入れてさらに３分蒸す。
③ ②と砂糖Aをボウルに入れ、麺棒で芋をつぶしながら混ぜる。
④ ③を食べやすい大きさににスプーンですくい★の調味料にからめる。
⑤ カップに入れて出来上がり♪





♫11月の献立紹介♪

♫地産地消週間　11月16日～11月20日

都城市産・宮崎県産の食材を中心に使用
献立表にアンダーラインのある食材です。



♫ふるさと給食　11月16日～11月20日

みやこんじょぎゅーっとどっさい甘みそバーガー
（美味しさのミソはふるさとの味♡）
都城市内の児童の考えたメニューを再現しました♪

★ひむか地産地消の日：ふるさと給食の「都城産宮崎牛」

♫郷土料理

11月2日～11月6日	**ねったぼ【都城地区】**
11月16日～11月20日	**八杯汁【宮崎県・延岡地区】**
	なんこつみそ煮【都城地区】
11月24日～11月27日	**まだか漬け【宮崎県】**
	ちゃんこ鍋【東京都】

♫ベジ活の日　11月24日～11月27日

ミルクパン・牛乳・炒めビーフン・彩り野菜スープ
小学校：約135ｇ　中学校：約160ｇ

♫リクエスト給食　11月16日～11月20日

【第2位】　チキン南蛮【宮崎県名物料理】