

# 給食だより

暑さも落ち着き秋の味覚も本格的に出回り始め、一年の中で一番食べ物の美味しい季節がやってきました。旬の食材を旬に味わうことは、味覚の発達や食への意欲を高めるきっかけにも繋がります。



## “食べること”は、たくさんの“人”に支えられています

毎日の食事にはたくさんの“人”が関わっています。食材を作っている人、食材を売っている人、食事を作ってくれる人・・・他にもたくさんの人に支えられています。「いただきます」「ごちそうさま」は、そのたくさんの“人”に向けた感謝の言葉でもあります。



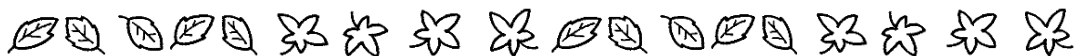
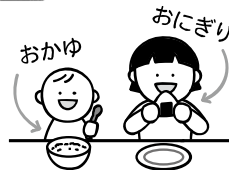
## 新米の季節がやってきました



お米の収穫の時期をむかえ、給食でも新米の提供が始まっています。お米はどんなおかずにも合い、また、おかゆやおにぎりなど調理方法もさまざまあり年齢に関係なく食事の中心となる大事な食材です。

パンや麺よりも消化が良いため、体を動かすエネルギー源にもなりやすく、手軽に食べることができます。

新米を食べられるこの時期に、おいしいごはんとおかずで食卓を囲み、新米を味わってみてはいかがでしょうか。



## 今月の献立は・・・

秋の味覚を使用した献立として

秋のシチュー・骨付きさんまのやわらか煮・大学芋・スイートパンプキン 等  
季節の献立として

鶏肉の竜田揚げ・魚のもみじ焼き を予定しています。

