

給食だより

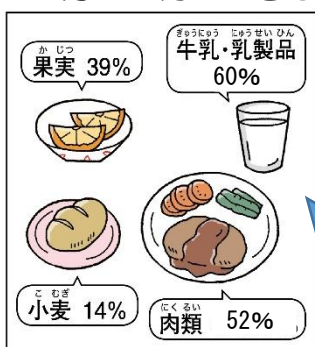
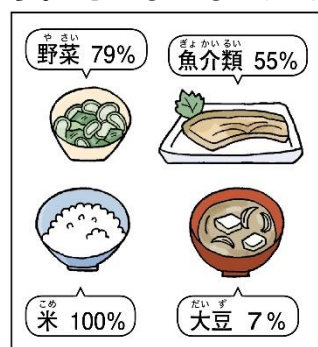
11月

令和4年度
魚沼市立広神東小学校

木の葉の色が変わりはじめ、秋も深まってきました。朝晩の冷え込みなど気温の変化が大きくなってきて、体調の管理が難しい季節です。毎日バランスよく食事をとり、よく寝て、健康を守るために必要な体力と免疫力をつけておきましょう！引き続き手洗いも忘れずに！

わたしたちの未来に食べ物はああるの？

わたしたちは、毎日当たり前のように食事をしています。その食べ物がどこで作られ、どこから来ているか知っていますか？日本は「食糧自給率」が低く、日本だけでは食べ物をまかなうことができません。近い将来、食べたいものを自由に食べることができなくなる可能性もあります。そうならないために自分には何ができるか考えてみましょう。



「食糧自給率」とは国内で食べられている食品が、どのくらい国内でまかなえているかを示したものです。日本が100%なのは米だけで、多くの食品を輸入に頼っています。先進国の中でも最低の水準です。

アメリカ	フランス
130%	127%
ドイツ	日本
95%	38%

たべものがたい こんだて

～読書の秋&食欲の秋～
絵本や小説に出てくる
おいしそうな料理や食材が、
給食に登場します！

おおきなかぶ



「あまい あまい かぶになれ。 おおきな おおきな かぶになれ。」あまくて大きなかぶができました。「うんとこしょ。どっこいしょ。」かぶは無事に抜けるのか！？

こまったさんのラーメン



「こまったわ」が口ぐせの花屋のこまったさん。うまくてこまった。安くてこまった。ヒヤシンスの根をめにしたり、ハムをのせたり。ラーメンを作りたくなるお話です♪

ごんぎつね



いたずら好きなきつねの「ごん」。村人の兵十がとったいわしを逃がします。後日、病気の母のためだったと知り後悔したごんは、償いにくりやきのこ(まつたけ)を届けますが…。

精霊の守り人



主人公のバルサは、新ヨゴ皇国の第二皇子チャグムを守ることに。2人の過酷で困難に満ちた旅が始まります。途中には鳥飯弁当や山菜鍋で元気をつけて旅を続けます。

ルルとララのカスタード・プリン



メープル通りにあるルルとララのおかし屋さん。森で一番古い木「クヌギじいさま」の200歳の誕生会を開くことになりました。今回はフリ作り挑戦します！