



「毎月19日は食育の日」「早寝・早起き・朝ごはん」



給食だより



令和6年度

11月号

指宿学校給食センター

「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち

日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。それぞれ、どのような意味があるのでしょうか。



いただきます

「いただく(頂く/戴く)」は、頭の上にのせるという意味があり、身分の高い人から物をもらう際、頭上に捧げて敬意を表した動作にちなむ言葉です。自然の恵み、生き物の命をもらうことへの感謝を表します。



ごちそうさまでした

「ちそう(馳走)」は、食事を用意するために走り回ることを意味しており、この食事が出て来るまでに関わった人びとへの感謝の気持ちが込められています。



食べることは、生き物の命をいただき、命をつないでいくことです。また、食事が出来るまでに、料理を作る人をはじめ、農作物や家畜を育てる人、魚をとる人、食材を運ぶ人、販売する人など、たくさんの方が関わっています。感謝の気持ちを忘れずに、心を込めてあいさつし、食事を大切にいただきましょう。



本とコラボ給食

10月から11月にかけて、各学校では校内読書週間等が設定されていることと思います。10月に引き続き本とのコラボ給食を取り入れました。取り入れた献立が本の中に登場します。是非読んでみてください。



『ごはんやま』

- ① はらべこめがね
- ② 白泉社

7日 のりふりかけ

『14ひきのかぼちゃ』

- ① いわむら かずお
- ② 童心社

20日 かぼちゃひき肉フライ

『給食番長』

- ① よしながこうたく
- ② 好学社

26日 カレーライス

- ① 著者
- ② 出版社



11月24日はいい節の日

指宿鯉節

11月の節の日には指宿鯉節協会より本枯節を一人一パック寄贈していただきます！

鯉節には、荒節と枯節の2種類があります。枯節の中でもかつおのうま味を凝縮するため、燻製と発酵を何度も繰り返して、天日干しや熟成を行いつつ約6か月かけて大事につくられたかつお節のことを「本枯節」と言います。本枯節は上品な香りと雑味がなく、優しい味が特徴です。指宿市の山川は生産量日本一です。



11/25(月)本枯節を使って「勝武士ラーメン」を作ります。



給食センターではどの麺が一番伸びないか、スープはおいしいか試作しました。

勝武士ラーメンをだしているお店の責任者の方にスープや材料について教えていただきました。

試作品の味見をしていただいてアドバイスをいただきました。

7日「指宿旬野菜の日」

青パパイア

今月の食材は『青パパイア』です。パパイアは熱帯アメリカ原産ですが、日本では鹿児島や沖縄などの暖かい地域で多く生産されています。今回は指宿産の青パパイアを使って「パパイアの酢の物」にしました。

第14回 南薩地区学校給食展

日時：令和6年11月10日(日)
会場：枕崎市市民会館 ホワイエ
(第58回枕崎市総合文化祭 市民芸術祭会場内)
時間：10:00 ~ 15:00

ぜひお越しください！



たくさんの方の協力をいただいて指宿市の学校給食の「勝武士ラーメン」が出来上がりました。本枯節はしょうゆごはんにもかけてください。お楽しみに！

保護者のみなさまへ ~学校給食費 改定について~
食材費の高騰に伴い、学校給食費を9月から改定いたしました。
値上げ額 小学校 月額400円、中学校 月額 500円

※値上げ分に関しては市の補助金で対応いたします。
値上げに伴う、保護者からの徴収金の変更はありません。