

11月給食だより



ふたば未来学園中学校・高等学校

❀地元の食材や郷土料理について知ろう❀

食欲の秋、農産物が豊富に出回る11月の給食では、11月15日～19日の5日間、地場産物活用週間を設定しています。この機会に、福島県の食材について知り、食べて味わってもらいたいなど思っています。地域の食材を見直し、地元で栽培された物を地元で消費する『地産地消』に取り組むことは、SDGs（持続可能な開発目標）達成の一助※になります。

○ふたば未来学園農業のさつまいも「紅はるか」が給食に登場します！！

今年は、高校生が栽培したさつまいもが豊作で、学校給食に納品していただけることになりました！まさに『地産地消』！今回使用する品種は「紅はるか」という、粘質の甘みが強いさつまいもです。

写真は、追熟して甘みが増すのを待っているところです。16日はミルクスープ、18日は大学芋に使用する予定です。



食事の基本は家庭にあります。家庭内の食事、買い物をするときの参考に★

地場産物を購入する時のポイント

- ①不揃い、少し形が悪くても地場の食材を選んで購入する
- ②無農薬のものを進んで購入する

地場産物を購入することのメリット

- ①輸送距離が短いので、輸送コストがかからない
- ②新鮮で栄養価の高いものが食べられる

SDGs（持続可能な開発目標）達成に向けて

※大豆ミートは、「大豆肉」「大豆タンパク」「ソイミート」「ベジミート」などと呼ばれています。大豆からタンパク質を取り出し、繊維状にしてお肉のように加工した食品です。「ミート」と名付けられるだけあって、食感や食べ応えだけでなく、見た目も「お肉」そっくりな大豆ミート。学校給食では、福島県石川郡古殿町産の県産大豆ミートを主に利用しています。

❀地産地消と和食、ベジマンデー献立の関係❀

11月24日は和食の日です。和食は、ごはん味噌汁を基本とし、地元でとれた旬の野菜を生かした料理が多く、肉料理が取り入れられるようになったのは近年になってからです。ベジマンデー献立を考えると、日本人が食べてきた昔ながらの和食は、自然とベジタリアン食になっていたんだなということに気が付きます。野菜や豆類を積極的に食べましょう！

11月の献立表、一部、情報科学部が作成しました！

今月も、情報科学部のメンバーが献立表の作成に貢献してくれました。作成するまでは楽しみにしていたのに、いざやってみると大変…。そんな作成者の声をお聞きください！

○水口先生の大変さが自分たちでやってみて、気づくことができました。食品群は、分けることが難しく、私たちのことを考えて水口先生が作ってくださっていることを改めて実感しました。毎日おいしい給食をありがとうございます。

1年2組 原百香

○食品群を分ける難しさを改めて知れました。栄養をとる大切さを忘れないようにしたいです。1年2組 山形奨

○今回もおいしそうな給食が目白押しなので楽しみです！MH 最高!!!! byMH sunbreak 楽しみマン

2年2組 佐藤樹真