

# 給食だより 11月

高萩市立学校給食センター



## 茨城をたべよう

毎月19日は  
食育の日

秋も深まり、だんだんと肌寒くなってきました。日によって気温差があり、かぜをひきやすい時期です。生活のリズムを整えて、体調を崩さないようにしましょう。



がっ 11月23日は  
きんろうかんしゃ ひ  
勤労感謝の日

## 感謝の気持ちを持って食べよう!

わたしたちは農業や畜産業、水産業に携わる人、食材を運ぶ運送業の人、食事を作ってくれる人などたくさんの人の働きや協力があって食事をいただくことができます。感謝の気持ちをもって食事をいただきましょう。



「いただきます」は自然の恵み、食べ物への命をいただくことへの感謝の言葉です。食べ物から大切な命をいただけることに「ありがとう」の気持ちをこめて「いただきます」のあいさつをしましょう。



「ごちそうさま」は食事をいただくまでに関わったたくさんの人への感謝の気持ちがこめられています。心をこめて「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。

### ひとくちメモ

食事が終わった後にするあいさつの「ごちそうさま」にはどんな意味があると思いますか？

ごちそうさまは漢字で「ご馳走様」と書きます。ごちそうの「馳走」とは、もともと「走り回る」や「駆け回る」ことを意味しています。昔、大切なお客様をもてなすために、馬に乗ったり、遠くまで走り回ったりして食べ物を集めて来た人達の苦勞に感謝を表す言葉として「ごちそうさま」の言葉が生まれたそうです。



茨城をたべよう



☆11月は地産地消強化月間です☆

給食にも下記の茨城県産の食材がたくさん使われています。

米、栗、れんこん、さつまいも、さといも、白菜、きゅうり、キャベツ、大根、ヤーコン、ごぼう、小松菜、長ねぎ、ほうれん草、にんじん、ピーマン、しめじ、にら、きくらげ、大豆、ぶた肉、とうふ、油あげ、牛乳です。

### ＜11月分給食使用予定食材産地＞

食材	産地	食材	産地	食材	産地
さつまいも きゅうり 大根 にら ピーマン しめじ	茨城県	キャベツ	茨城県・千葉県	さば	長崎県
		長ねぎ	高萩市	あじ	タイ・ベトナム
		にんじん		鶏卵	国内産
じゃがいも 玉ねぎ	北海道	もやし	茨城県・栃木県	とり肉	国内産
		えのきたけ	長野県・新潟県	ぶた肉	茨城県
		白菜	茨城県・長野県	きくらげ	茨城県

### ～給食センターからのお知らせ～

高萩市のホームページでは、「今日の給食」を給食のある日は毎日投稿しています。ぜひ、ご覧ください。

また、給食センターでは調理員を募集しています。勤務条件などの詳細については、高萩市ホームページをご覧ください。給食センター（TEL0293-23-7412）までお問い合わせください。



### お知らせ

### ＜10月分食材放射性物質検査結果＞

給食センターでは、給食食材の放射性物質検査および調理済み給食1食分の放射性物質検査を実施しています。検査の結果、放射性ヨウ素・放射性セシウムともに検出されませんでした。詳しくは、市のホームページをご覧ください。