

「後、欲の親」「天嘗く薦肥ゆる親」といわれるように、親はおいしい養べ物がたくさん 出回ります。また、昔から日本人にとって、重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、重 いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎えます。学校給食では、秋が旬の食材と茨城県産 の食材をたくさん取り入れて提供する予定です。

11月20日夕籍 食店

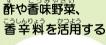
のほうき意味しお論食」

援議算では、毎月20日を「いばらき美味しおday」と楚め、凝塩に取り組んでいます。 11月20日には茨城県内全校一斉茨城美味しお給食を提供する予定です。

減塩というと、喉がうすくて物定りなく感じそうですが、実は工夫次第でおいしく養べるこ とができます。自分でも意識して、できることから始めてみませんか。

げんえん 減塩のポイント













11月6日(木)に提供予定の台湾バナナは、台湾で生産されたものです。台湾は、アジアの 西太平洋地域に位置し、気候は温暖で日照が豊かな場所です。

台湾で育ったバナナは、替みが常く、もちもちした食噌が特徴です。ほかの歯のバナナに能 べて台湾のバナナは成長期間が長いため、より濃厚で甘い味わいになります。おいしくいただき ましょう。



~ 総食センターからのお知らせ ~

たかはぎし 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 ^{ばいさい}掲載しています。ぜひ、ご覧ください。



※11月25日(火)は、10月分給食費の口座振替日です。

≪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。

を推進しています!

「地産地消」という言葉をご存じですか? 地域で生産された農林水産物(地場産物)を地 域で**消**費する取り組みのことで、食料自給率の向上をはじめ、地域活性化や、環境保護へ の貢献など、さまざまな効果が期待できます。学校給食では地場産物の活用を通し、予ども たちへ地域の食文化や産業について伝えるとともに、生産者や食べ物への漁舗の気持ちを管 んでいきたいと考えています











茨城をたべよう







ピーマンは栄養価が高く、ビタミンCやβ-カロテンが多く含まれています。 増が鮮やかでツ ヤとハリがあるものを選ぶといいといわれています。今月のピーマンは炭漿賞でとれたものを しょうまてい しもと えいようまんてん しょくざい 使用予定です。地元でとれた栄養満点の食 材を、おいしくいただきましょう。

ころは、いつも以上に学校給食に茨城県産・高萩産の食材を使用しています。

いはらきけん のうぎょうきんしゅつがく ぜんこくだい い のうぎょう さか ない です。 身近でとれた食材を、おいしく味わいましょう。

≪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
きゅうい、キャベツ、 白菜、 大根 にんじん、 ピーマン、 水菜、 ごぼう 小松菜、 ほうれん草、 しいたけ、 しめじ さつまいも、 もやし、 れんこん、 里芋 ヤーコン、 赤ピーマン、 黄ピーマン	茨城県	豆腐、納豆(大豆) 油揚げ、だまこもち	茨城県	じゃがいも	北海道
		牛乳		玉ねぎ	
		いわし さば いなだ		ししゃも	タイ
ぶた肉、つくば鶏、鶏卵		ごはん、 長ねぎ	高萩市	とり肉	国産