給食だより

11月

毎日食べよう朝ごはん！

令和８年10月30日
湯沢町学校給食センター

給食では、11月からいよいよ新米が登場します！毎日食べるお米は、日本の食事には欠かせないものですね。11月24日(日)は「11(いい)24(にほんしょく)」のごろ合わせで「和食の日」です。湯沢でとれた新米や旬の食材を食べながら、湯沢町の料理を味わいましょう！

今月のめあて　日本の食事や郷土料理について知ろう

2013年にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」は、
日本の伝統的な食文化です。

給食から学ぶ 和食文化

「ごはん・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち

行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化

みなさんはできていますか？

○食器を正しく並べる

○「いただきます」「ごちそうさま」を心を込めて言う

○お箸を正しく使う

日本の食文化を守る上で大切なマナーを再確認しましょう！

キラッと新潟米★地場もん献立

11月は米飯給食、地場産給食推進月間です。11月24日に湯沢町産の「ごはん」と地場産物を使った「みそ汁」を組み合わせた「キラッと新潟米☆地場もん献立」を実施します。南魚沼地域の恵みをたくさん取り入れた給食を味わっていただきましょう！

献立

★ごはん(湯沢町産コシヒカリ)　★鶏肉の酒粕マヨ焼き
★からしなます　★地場もんけんちん汁　★牛乳

献立の主役は「ごはん」！

豊富な雪解け水と、昼夜の寒暖差など湯沢町の恵まれた気候風土によって生み出されるお米です。給食では、毎日湯沢町産のお米を使用しています。

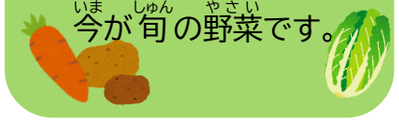
湯沢町の地場産物を紹介します

湯沢町では、豊富な雪解け水と低温多湿な冬の気候を活かした酒造りが行われています。雪国ならではの環境と蔵人の技術が、全国の人々に喜ばれるおいしいお酒を育てます。
今回の給食では、醪からお酒を絞るときに出る酒粕を料理に使いました。

酒粕(日本酒)

ここにも注目！地場もんけんちん汁

にんじん・白菜・じゃがいも
湯沢町で栽培された、今が旬の野菜です。



八色しいたけ
南魚沼市の八色原で栽培されている特別なしいたけです。

みそ
南魚沼産大豆、南魚沼産コシヒカリの麹を使い、原材料にこだわったみそです。