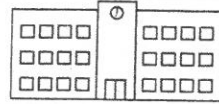




# 給食だより10月



令和元年度  
みどり市立笠懸中学校

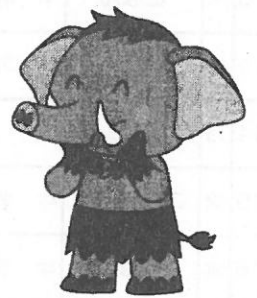
気持ちのよい秋空が広がるようになりました。秋は、芸術の秋、スポーツの秋、読書の秋といわれるように、いろいろなことにじっくりと取り組むことができる時期でもあります。そして、味覚の秋といわれるように、今の旬がさつまいも、栗、きのご類など食べ物がたくさんあります。実りの秋に感謝して、おいしい秋の味覚を楽しみましょう。

## 地域の食材を食べて元気になろう！

「身土不二(しんどふじ)」という言葉を知っていますか？「身土不二」とは「自分の住む土地(地域)でとれた旬の物を食べるのが健康に良い」という考え方で、地域で生産されたもの「地場産物」を地域で消費するという「地産地消」の原点とも言われています。

### 地産地消のいいところ

- 地元でつくられた新鮮なものが食べられる。
- 作っている人の顔が見えるため、安心して安全な食材を手に入れることができる。
- 地元で作られたものを地元で消費するため、地域の経済が活性化する。
- 地域の伝統的な食材や料理を見つめ直し、受け継がれることにもつながる。
- 輸送にかかるコストや燃料が減るので、環境にやさしい取り組みにつながる。



みどもス

「地場産物」は安心安全でかつ新鮮で栄養満点、体にも環境にもやさしい食べ物です。

## 毎年10月24日は「学教給食ぐんまの日」

群馬県では、自分が暮らしている土地でどんなものができるのか、「ふるさと群馬のすばらしさ」を見直しましょう、ということからこの日が制定され、群馬県全体で取り組んでいます。

「学校給食ぐんまの日」は、特に地場産物を多く取り入れた給食を実施します。また、群馬県の郷土料理「おっきりこみ」やみどり市マスコットキャラクター「みどもス」の焼き印の入った県内産鶏卵を使用した卵焼きも初登場します。昨年の「学校給食ぐんまの日」の献立はこんな感じでした！

きゅうり・キャベツ・たくあんは  
全て県内産です。

県内産鶏卵を使用した玉子  
焼きです。今年は可愛いキャ  
ラクターの焼き印付きです。

具沢山のかみなりごはん  
です。こんにゃくが入っている  
ので「かみなりごはん」と名  
付けられました。具のごぼ  
う・鶏肉・人参はすべて県内  
産が使われています。



県内産の生乳を  
使用した牛乳

群馬県の郷土料理  
「おっきりこみ」！  
麺・豚肉・人参・ねぎ・大根・  
里芋・白菜・小松菜、使用す  
る主な食材は県内産 100%  
です。