



ごちそうさま

11月24日は『和食の日』

日本の食文化にとって秋は、自然に感謝し、五穀豊穡を祝う
大変重要な時期です。毎年、一人ひとりが和食文化の大切さについて考える日になるようお願いをこめて、い・い・日本食の語呂合わせから『和食の日』に制定されました。



世界に誇れる『和食』を未来へとつなぐのは子どもたちです。
公立保育所及び認定こども園では、幼少期から和食に親しみを持てるように、昆布や煮干しなどの天然だしで「うま味」が感じられる給食を心掛けています。



「今日のお昼は何を食べたかな？」から、ご家庭でも『和食』の話をしてみませんか？

バランスの良い食事の合言葉！



この合言葉を意識することで、健康的な食生活へ無理せずつながっていきます。
昔ながらの食材『ま・ご・わ(は)・や・さ・し・い』を食事に取り入れてみましょう♪

- ま (まめ) … 豆類
- ご (ごま) … 種実類
- わ (わかめ) … 海そう類
- や (やさい) … 野菜
- さ (さかな) … 魚介類
- し (しいたけ) … きのこと類
- い (いも) … いも類

11月26日は、お昼のメニューに全てそろっています！ぜひさがしてみてね

たわらさん えこまい
田原産のエコ米

しょう
を使用します！



今年も安全でおいしい田原産のエコ米を11月から3ヵ月間、給食に使用します。このエコ米は、農薬と化学肥料の使用量を通常の方法よりも半分以上に減らして栽培された農作物で、大阪府が市町村と連携して「大阪エコ農産物」として認証したお米です。



しっかり噛んでごはんの甘みを感じてみよう！

「安全なものを食べてもらいたい」という農家の方の願いがこめられています！