



小学校 平成30年 12月号

いよいよ12月、今年もあとわずかになりました。寒さも一段と厳しさを増し、気温の変化に体がついていけず体調をくずしたり、風邪をひいたりしやすい時期です。そんな時は冬野菜がオススメです。冬が旬の野菜には、風邪を引きにくくしたり、体を温めたりする栄養素がたくさん含まれています。旬の野菜を食べて寒さに負けない体を作りましょう！



ぼうさいきゅうしょく
12月7日は、防災給食です。

1944年12月7日に、「東南海地震」が発生し、この地震・津波により、大紀町でも多くの犠牲者がでました。この地震を忘れないようにと、「大紀町防災の日」が制定されました。給食でも「防災の日」に、学校に備蓄してある非常食を提供します。

ぼうさいきゅうしょく
防災給食メニュー：五目ごはん(アルファ米)
牛乳
パン缶



地場産物



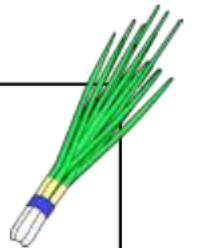
自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物を「地場産物」といいます。地場産物は生産している人が近くにいるので「顔が見える」「話ができる」などのよい点があり、安全安心です。また、どうしてこの地域でつくられるようになったのかを考えることにより、地域の自然や歴史を知ることにもつながります。



【牛乳】

毎日の給食に登場する牛乳は、大内山で製造されています。牛乳は、骨や歯を丈夫にしてくれます。

【ねぎ】



給食では三重県産のねぎを使用しています。ねぎは年中と穫れる野菜ですが、旬はこれからの「冬」です。

【卵】



卵は、揚げ物の「つなぎ」としても給食に登場しています。卵は大紀町産のものを使っています。

12月10日(月)には、大人気のからあげに、ねぎソースがかかった給食がでます。お楽しみに☆

