給食だより

令和８年度　11月号
東京都立葛飾盲学校
校　長　竹内　大吾

日が暮れるのが早くなり、だんだんと肌寒く感じる日も多くなってきました。風邪をひかないよう、しっかり食べて栄養をとることを心がけてください。

11月23日は勤労感謝の日です。自然の恵みや食に携わる人々に感謝をしながら、おいしく食事をいただき、食欲の秋を楽しんでほしいと思います。





勤労感謝の日　どんな日？

もともと、その年に収穫された農作物の恵みに感謝し、翌年も穀物が豊かに実ることを願う「新嘗祭」というものでした。
現在は、「勤労をたっとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日とされています。

感謝の心を表す言葉



食事のあいさつを大切に！

いただきます



私たちは、魚や肉、米、野菜、果物など、さまざまな生命をいただいて生きています。すべての生命に感謝の気持ちを込めて「いただきます」と挨拶をすること、食べ物を粗末にしないよう心がけることが大切です。

ごちそうさま

「ごちそうさま」の「ちそう（馳走）」には、走り回るという意味があります。食事を作るために食材を育てたり、調達したり、調理したりしてくれた方々に対し、かけ回っていただき、ありがとうございましたという意味が込められた言葉です。

11月の給食紹介

4日（水）トーストのジャム塗り体験

給食室で作ったりんごジャムをバタートーストに塗って食べることに挑戦します。



9日（月）　郷土食（青森県）

・イカメンチ

いかゲソと野菜を小麦粉で混ぜ、油で揚げた料理です。津軽弁では「いがめんち」と発音します。

・せんべい汁

肉や魚、きのこ、野菜でとっただし汁に、小麦粉と塩で作られた南部せんべいを割って入れ、煮込んだ料理です。

24日（火）和食の日

11月24日は「いいにほんしょく」という語呂合わせから『和食の日』とされています。
「だし」のうま味は、和食の味の基本です。

26日（木）　食材体験「いわし」

今月はいわしの触察を行います。給食では、「いわしのさんが焼き」を提供します。

30日（月）　給食試食会

保護者様を対象に給食試食会を予定しています。当日の献立は下記の幼稚部お楽しみ給食をご確認ください。

～今月のお楽しみ給食～

10日（火）　小学部２年１組

「楽しく過ごそうメニュー」

・みそラーメン　・ぎょうざ　・ツナサラダ
・ブラウニー　・牛乳

30日（月）　幼稚部１組

「ようちぶ１くみ　だいすきメニュー」

・揚げパン２種（きなこ＆ココア）
・鮭のムニエル
・カリカリじゃこのサラダ
・具だくさんスープ　・牛乳

