

# 給食だより 11月

令和5年11月  
枚方市立中宮小学校



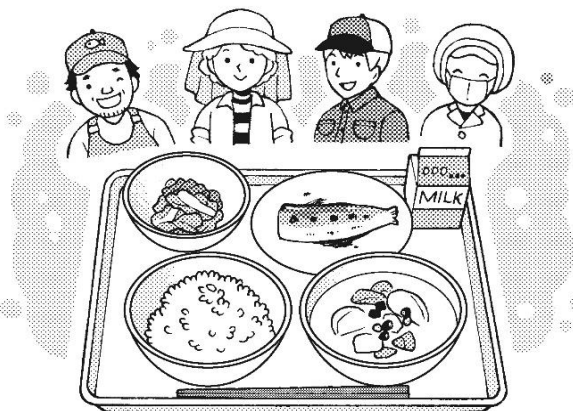
11月23日は、勤労感謝の日です。この日は、「勤労をたつとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」とされています。感謝の気持ちを持って食事をしましょう。



## 給食は多くの人に支えられています

給食がわたしたちのところに届くまでに、多くの人がかかわっています。魚をとったり、牛や豚などを育てたり、米や野菜をつくったりする人、食べ物を運んだり売ったりする人、給食の献立を考える人、献立をもとに給食をつくる人などです。

これらの人たちの苦勞や努力に支えられて、わたしたちは、給食を食べることができます。



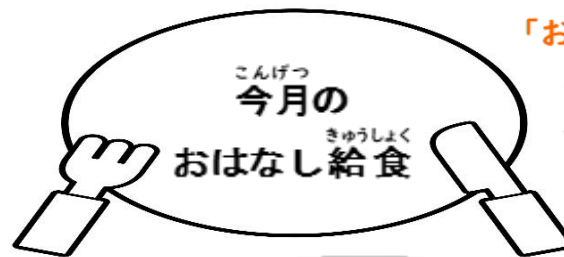
## 感謝の気持ちを込めて残さず食べよう



食事は、食にかかわる人たちだけではなく、自然の恩恵のうえに成り立っています。食べ切れずに残すと、そのまま捨てられて、食べ物や努力が無駄になってしまいます。食べ切れる量を盛りつけてもらい、残さず食べるようにしましょう。

## 「おでんさむらい ちくわのまき」

うちだ りんたろう ぶん にしむらしげお え  
内田 麟太郎 文 西村繁男 絵  
くもん出版



### ～どんなおはなし？～

侍の「ひらたおでん」と、  
お供の「かぶへい」が  
ちくわを使って  
妖怪退治をするお話です。

給食では、ちくわ入り  
のみそおでんを提供します



### おいしくてほっぺたが落ちる

#### 豆タコライス

～給食のこんだてより～



- 材料 (5人分)
- 豚ミンチ肉…50g
  - にんにく(みじん切り)…少々
  - 玉葱(粗みじん切り)…150g
  - 大豆(水煮)…15g
  - 金時豆(水煮)…15g
  - ひよこ豆…15g
  - むぎ枝豆…15g
  - トマトホール缶…30g
  - トマトケチャップ…15g
  - さとう…少々
  - ナンプラー…2g
  - オイスターソース…2g
  - 塩…少々
  - こしょう…少々
  - カレー粉…1g
  - ひまわり油…少々

#### 《作り方》

- ①フライパンに油を入れ、にんにくをこがさないようにゆっくり炒め、香りを出す。
  - ②豚ミンチ肉を炒め、塩・こしょうをする。
  - ③玉葱をよく炒める。
  - ④トマトホール缶を入れて、酸味がとぶまでよく炒める。
  - ⑤大豆、金時豆、ひよこ豆、むぎ枝豆と残りの調味料を入れ、よく煮たら出来上がり。
- ※給食の量を基準にしていますので、家庭で調理する時は調整してください。