


# 越前町学校給食カレンダー

## ジュナナ献立



【11月の給食目標】感謝して食べましょう

11月16日

<p><b>【献立名】</b>          古代米ごはん          牛乳          チンゲンツアイと豆腐のスープ          シイラのフライ カレーソース          うららのドレッシングサラダ</p> 	<p><b>【献立について】</b>          今年の夏も猛暑と言われました。夏休み中は給食がないため、初夏に収穫された玉ねぎの保管場所がなく、腐ってしまうのではないかと生産者の方の声が聞こえてきました。そこで夏休み中の給食センターで玉ねぎを炒めて冷凍保存することにしました。炒め続けて30分、黄金色になった玉ねぎは、驚くほど甘い玉ねぎに変身しました。今日は、その炒め玉ねぎをカレーソースに使っています。地元でとれた食材を無駄なく食べることは、SDGsの目標12「つくる責任つかう責任」と関連しています。</p>   
<p><b>【使用地場産物】</b></p>	<p>米 古代米 シイラ とうふ にんじん チンゲンツアイ みずな          たまねぎ らっきょう キャベツ ほししいたけ にんにく うめぼし</p>
<p><b>【クイズ】</b>          今日、「梅ぼし」についてのクイズです。          梅は昔から「体によい」とされてきましたが、次のうちどれが梅の効能に当てはまるでしょうか？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 疲労回復効果</li> <li>② 食中毒予防</li> <li>③ インフルエンザ予防</li> </ol>	<p><b>【解説】</b>          梅には、制菌作用があり、梅干しを食べると食あたりになりにくいと昔から言われていますが、他にも様々な効能があります。          クエン酸による疲労回復効果や血液をサラサラにする効果、最近では、インフルエンザウイルスの増殖を抑制する効果も発見されています。</p> <p style="text-align: right;"><b>【こたえ】 全部</b></p>

### 学校給食におけるSDGs 給食ではこんなことに取り組んでいます！

栄養バランスを考えた  
 献立を提供しています

安心して食べられるよう  
 衛生的に調理しています

地産地消を推進して  
 います

みんなで同じものを  
 食べることができます

