



給食だより 11月号

令和7年10月29日
目黒区立東山小学校
校長 村尾 勝利
栄養士 大嶋 美樹子

11月23日は勤労感謝の日です。食事に限らず、私たちの生活は多くの人の働きがあって成り立っていることを忘れずに、感謝の気持ちをもって過ごしましょう。

“食事のあいさつ”に込められた思い

「いただきます」と「ごちそうさま」の食事のあいさつには、それぞれどんな意味があるか知っていますか？

食事の前の「いただきます」は、食材となった自然の恵み、生き物の命をいただくことへの感謝を表す言葉です。

食べ終わった後の「ごちそうさま」には、この食事を作るために関わった人たちへの感謝の気持ちが含まれています。

単なるあいさつとしてではなく、意味を考え、心を込めて、言えるといいですね。



11月の献立の紹介

やまもり給食 13日(木)

東山中、烏森小、東山小の小中連携の一環として、給食でも連携がしたいと3校の栄養士が協議し、同じ日に同じ献立に取り組む計画を立てました。

題して、東山のやまと烏森のもりを合わせた『やまもり給食』です。

今回は、カレーライス パリパリチキン 手作り福神漬け 菊花みかん です。パリパリチキンは、鶏肉にコーンフレークの衣をつけて油で揚げたもので、児童、生徒の皆さんがきっと喜んでくれると思います！



3年生ふれあい給食 20日(木)

石川県金沢市の郷土料理 25日(火)

3年生の児童の祖父母の方々をお招きし、ふれあい給食を行います。献立には、東山小で取り組んでいる地産地消にちなんで、目黒区八雲の栗山ファームから、採れたての野菜を届けていただく予定です。

また、目黒区と金沢市は歴史的なつながりが深いことから、友好交流都市を結びました。食の面からも交流を図り、石川県金沢市に伝わる料理を取り入れています。めった汁は、豚汁に加賀野菜の五郎島さつま芋がはいった汁です。金沢おでんには、車麩と加賀野菜の源助大根を使用します。

目黒づくし献立 21日(金)

24日は和食の日(11月24日)です。

和食の日にちなんで、目黒区にゆかりのある食材を使用した献立を取り入れました。

【献立: さつま芋ご飯 ^{いい にほんしょく}さんまの塩焼き 大根おろし 筍とがんもの煮物】

(目黒不動のかんしょ祭り さつま芋、落語『めぐろのさんま』すずめのお宿緑地公園など目黒は昔、筍の栽培が盛んでした。)

