

きゅうしょくだより



田原市給食センター

にほんしょくぶんかみなお 日本^{にほん}の食文化^{しょくぶんか}を見直そう

11月24日は、「いい日本食」のごろ合わせで「和食の日」です。
平成25年12月、「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。料理そのものではなく、「日本人の伝統的な食文化」として、自然を尊重した和食の特徴が評価されています。

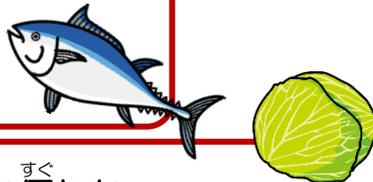


(一社)和食文化国民会議・制定

わしょく とくちょう 和食^{わしょく}の4つの特徴^{とくちょう}

しんせん 新鮮

おおしんせんしょくざい 多くの新鮮な食材と
その持ち味を生かした料理



けんこうてき 健康的

えいようばらんすに優れた 栄養バランスに優れた
けんこうてきしょくじ 健康的な食事



きせつかん 季節感

しぜんうつく 自然の美しさや季節の
うつかわりを表した盛り付け



ぎょうじ 行事

しょうがつせつぶん 正月や節分などの
ぎょうじかか 行事との関わり



世界中から和食のよさが注目されています。
栄養バランスに優れた日本の食文化「和食」を大切にしましょう。

かてい 家庭^{かてい}で取り入れたい 和食^{わしょく}の 技^{わざ}

「和食」は、特別な食事ではありません。家庭でも和食の「技」を取り入れて、日本の素晴らしい食文化を繋いでいきましょう。

一 「いただきます」
「ごちそうさま」

こころをこめて
あいさつしましょう。



二 主食・主菜・副菜・汁物

この4つをそろえると、
栄養バランスがよくなります。

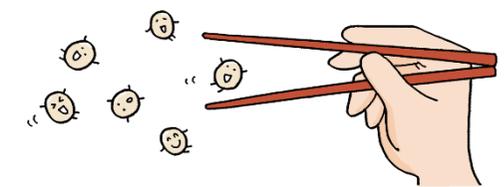


三 行事食・郷土料理

地域の食文化に親しみましょう。



四 はしを正しく使う



正しく使うと、きれいに食べられます。

きゅうしょく 給食^{きゅうしょく}は、ちさんちしょうすいしん 地産地消^{ちさんちしょう}を推進^{すいしん}しています！

地産地消とは、「地域で生産された食べ物を、地域で消費する」ことです。
田原市の給食では、近くの地域でとれた食材の使用を心がけています。

作ったところがわかると安心だね
田原市は 農業王国
11月に使う 田原産の野菜



毎月、献立表に掲載しています。