



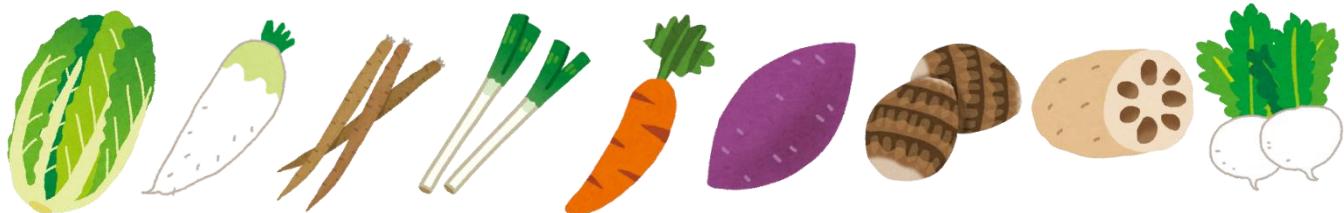
食育だより

れいわ ねんど がつごう
令和7年度11月号
みと いいとみとくべつしえん がっこう
水戸飯富特別支援学校

今月の給食目標 「旬の食べ物を知り味わおう」「茨城県の特産物を味わおう」

11月は「地産地消強化月間」です。18日(火)~21日(金)の給食には、たくさんの茨城県の特産物を給食で提供します。地域の食べ物を食べることは、安全でおいしいことはもちろん、生産者の応援につながります。

茨城県産の今が旬の食べ物



旬の食べ物は味が良いため、野菜の旨味たっぷりに仕上がります。根菜類が多いので食感も楽しく食べられます。

茨城県産の食べ物



野菜以外にも、豚肉やイナダ、きくらげ、大豆など茨城県産の食べ物はたくさんあります。

イラストの食べ物を中心に、多くの茨城県産の食べ物を使って献立を考えてています。

茨城県では、毎月第3日曜日を「茨城を食べよう day」、そこからはじまる一週間を「茨城を食べよう week」と定めています。

また、内閣府では、11月の第3日曜日は「家族の日」と定めており、家族の大切さについて考える日としています。

家族と囲む食事は一番のご馳走です。この機会にぜひ一緒に食べる時間を大切に過ごしてみませんか。

地場産物を食べて 地産地消！



地域で生産された食材をその地域で消費することを地産地消といいます。生産者の顔が見えるので安心して買えます。また、遠くから輸送しないので、新鮮な状態で手に入り、環境への負担も減らせます。