令和８年　　11 月　20 日（金）　　中央学校給食センター

【献立名】　麦ごはん　牛乳　さばのみそだれかけ
食べて菜のごま酢あえ　月菜汁



【ひと口メモ】

和風の日を知ろう

（食文化）

平成２５年１２月にユネスコ無形文化遺産に「和食」が登録されました。そこで、１１月２４日を和食文化を守り、伝えていく大切さを考える日として、「和食の日」が制定されました。

日本は、海、山、里と豊かな自然に恵まれ、多様で新鮮な旬の食材や、みそやしょうゆといった伝統的な発酵食品、年間行事の際に振る舞われる行事食、全国各地で昔から親しまれてきた郷土料理があります。

また、ごはんを中心として煮物、焼き物、和え物、汁物の一汁三菜の食事構成が栄養バランスに優れており、健康によいといわれています。

給食でも今日の献立のような和食がたくさん登場していますね。日本の食文化「和食」のすばらしさをこれからも伝えていきましょう。

令和８年　１１月　２０日（金）　　第二学校給食センター

（献立名）　ごはん　牛乳　さばのみそだれかけ　小松菜のアーモンド和え
月菜汁



【ひと口メモ】

和食の日を知ろう

（食文化）

１１月２４日は、「和食の日」です。

平成２５年１２月にユネスコ無形文化遺産に「和食」が登録されました。

日本には、海、山、里と豊かな自然に恵まれ、いろんな種類の新鮮な旬の食材や、みそやしょうゆといった伝統的な発酵食品、年間行事の際に振る舞われる行事食、全国各地で昔から親しまれてきた郷土料理があります。

また、ごはんを中心として煮物、焼き物、和え物、汁物の一汁三菜といった食事の形が栄養バランスに優れており、健康によいといわれています。

今日の給食は和食です。日本の食文化「和食」のすばらしさをこれからも伝えていきたいですね。

令和　8 年　11 月 20 日（金）　　飯山学校給食センター

【献立名】

麦ごはん　牛乳　さばのみそだれかけ

食べて菜のごま酢あえ　月菜汁

≪今日の丸亀産の食材≫
食べて菜・チンゲンサイ
小松菜・葉ねぎ



【ひと口メモ】

和食の良さを知ろう

（食事の重要性、食文化）

2013 年１２月 に「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。これをきっかけに、和食文化を守り、受け継いでいくことの大切さを考える日として 11 月２４日が「和食の日」として制定されました。

日本には、海、山、里と豊かな自然があり、多様で新鮮な旬の食材があります。みそやしょうゆといった伝統的な発酵食品、年中行事のときに食べられる行事食、全国各地で親しまれてきた郷土料理なども受け継がれています。

また、ごはんを主食に、煮物、焼き物、和え物、汁物を添えた「一汁三菜」の食事は、栄養バランスに優れ、健康によいとされています。

給食でも今日の献立のような和食がたくさん登場していますね。日本の食文化「和食」のすばらしさをこれからも伝えていきましょう。