

# いただきます



れい わ ねん がつ にち しょくざい き ぞう

令和4年11月22日に食材の寄贈がありました。

JA道北なよろから名寄市内の子どもたちへ地元農産品の地産地消及び乳製品の消費拡大PRとして、「じゃがいも」580kg、「玉ねぎ」600kg、「バター」450g入り27個を、もち米生産組合からは11月23日の赤飯の日に合わせて、地元もち米のPRとして「もち米」160kgを寄贈くださいました。

令和元年度から名寄の農産物や乳製品を寄贈いただき、今回で5回目となります。地元食材の美味しさを知り、生産して下さっている方々に感謝の気持ちをもって味わいましょう。

## 12月なよろ給食の日～JA道北なよろ編

7日(水) ハヤシライス

8日(木) 高野豆腐のみそ煮

14日(水) 豚すき丼

15日(木) 肉じゃが

23日(金) ポークカレー



11/22に寄贈いただいた食材を使用した献立の日です。



←献立表のマークをチェックしてね!!

☆もち米は、3月卒業祝赤飯で提供予定です。



## 1年で最も昼が短く、夜が長い日です。

冬至の日には昔から「ゆず湯」に入ったり、「かぼちゃ」を食べるとい風習があります。給食では、12月22日(木)「かぼちゃの甘だれかけ」の献立を予定しています。名寄産のかぼちゃをおいしく食べて、風邪などひかない元気な体をつくりましょう。



なぜ「ゆず湯」に入るの？

ゆず湯には、体を温める働きがあり、風邪をひかないといわれています。ゆずには、疲れをとる働きのあるクエン酸や、皮膚や血管を丈夫にするビタミンを多く含みます。



なぜ「かぼちゃ」を食べるの？

かぼちゃは鼻やのどなどの粘膜を健康に保つビタミンが多く含まれています。寒さが厳しくなるこの季節に、風邪などの病気にならないようにという思いが込められています。

