



令和4年11月号
神戸市立北学校給食共同調理場

《おうちのひとといっしょによみましょう》

秋が深まり、朝夕と気温が下がる日が多くなってきました。気温の変化で風邪をひかないように、日ごろから手洗い・うがいをし、しっかり睡眠をとり、好ききらいをしないでなんでも食べて体力をつけておきましょう。

季節料理

22日(火)きのこスープ



しめじ・えのきたけ・しいたけなどのきのこを
たっぷり使ったスープ

16日(水)ハニーポテト



揚げたさつまいもに、はちみつをかけた人気料理

新料理

15日(火)肉みそどん

ミンチ肉・たけのこ・にら・白
ねぎをいため、みそ味にして、
ごはんに合わせて

★ごはん

神戸市内産米（主に西区と北区）

★神戸たまねぎミンチカツ

学校給食専用の畑で作ったたまねぎを使用

★そえ野菜（こまつな）

こうべ旬菜のこまつな

★みそしる

こうべ旬菜のキャベツ

★神戸ぶどうゼリー

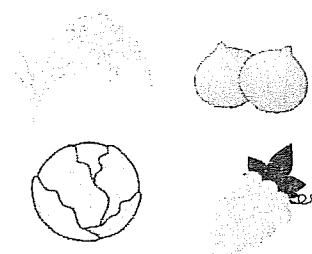
神戸でできたワイン用のぶどうで作ったゼリー

29日(火)

こうべ特産給食

「地産地消」の食材が

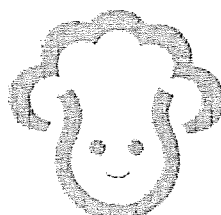
いっぱい！



『こうべ旬菜』ってなあに？

神戸市内で生産され、農業や化学肥料をできるだけ使わずに作られた
人と環境にやさしい野菜で、「こうべ食の安全・安心農産物推進懇談会」
によって認定された18種類の野菜をいいます。

給食では、こまつな・みずな・キャベツ・青ねぎ・チンゲンサイ
などのこうべ旬菜を使っています。



野菜ちゃん

こうべ旬菜

～神戸ブランド野菜～

11月の給食目標「感謝の気持ちをもって食べよう」

毎日食べている給食は、たくさんの人たちによってつくられています。

北学校給食センターでは、17校分、約6000食の
給食を、調理師さんが心をこめて作っています。

他にも、野菜などの食材を生産する人、市場の人、
牛乳屋さん、パン屋さん、配送トラックの運転手さん、
配膳員さんなど、たくさんの人たちがかわっています。

給食を食べるときに、感謝の気持ちをあらわすには、どうすればよいでしょうか。



★感謝の気持ちは★

ことばに出して — 「いただきます」「ごちそうさま」

態度にあらわして — 残さず食べよう。用具をていねいに使おう。

「いただきます」とは・・・

肉や魚、米、野菜、くだものなど、動物
や植物の命をいただいて、わたしたち
が生かされています。

自然の恵みを粗末にせず、「いのち」を
いただいて、「いのち」を守っているの
です。



「ごちそうさま」とは・・・

「ご馳走さま」の馳走は、走りまわ
るという意味です。

むかしは、冷蔵庫もスーパーマー
ケットもなく、走りまわって食べ物
を集め、食事の準備をしていまし
た。そんな人たちに感謝の気持ちを
あらわすという意味です。

