

## 今月の行事食

### ～目の愛護デー(10/10献立)～

10月10日は「目の愛護デー」です。給食では、目の健康に欠かすことのできないビタミンAを含む緑黄色野菜をたくさん使用した献立を出します。自分の生活を見直し、目の健康作りも心がけましょう。



### ～学校給食ぐんまの日(10/24献立)～

給食に群馬県産の食材をたくさん使用することで、皆さんに群馬県の豊かな自然の恵みに気づいてもらえるように「学校給食ぐんまの日」(10月24日)が制定されています。給食では、24日前後に群馬県の食材や、郷土料理をたくさん出します。どの食材が群馬県産か沼田市産か考えながら食べましょう。



### ～十三夜(10/25献立)～

今年の十三夜は、10月27日です。お月見は農作物の収穫の祭りとして親しまれてきました。お月見では、稲穂に見立てたススキやお月見団子、収穫したての果物や野菜などを飾って、秋の豊作を祝います。また、十三夜の月は、この時期によく採れる栗や豆を供えることから「栗名月」や「豆名月」と呼ばれています。十三夜は13個の団子を準備してお月見をしましょう。



### ～読書週間(10/30献立)～

10月27日～11月9日は読書週間です。読書感想文中学年課題図書に選ばれた「給食室のいちにち」に登場する献立を取り入れました。ぜひ、「給食室のいちにち」を読んでみてください。



## 地域の食材を知ろう「舞茸」



10月2日の「まいたけごはん」はおいがみ舞茸園の舞茸を使用します。おいがみ舞茸園の舞茸は、利根沼田産の材木にこだわり、舞茸に適した木材を自社にてブレンド加工し、オガ粉を作っています。そのオガ粉に「おから、コーンブラン、ふすま」など舞茸に必要な栄養素を入れ、菌床としています。利根沼田市産の香り高く食感の良い舞茸を味わって食べましょう。

資料:「グッと、沼田そだち」

## 「出張!! 学校給食試食会」

沼田市保健福祉センターで開催します。是非お越しください!!

詳細はこちら

- 1、日時 令和5年10月27日(金) 12時15分から12時45分まで(随時解散となります。) 受付は11時40分から行います。
- 2、場所 沼田市保健福祉センター 1階 102・103 会議室
- 3、申し込み 直接、給食センターへ電話(TEL 25-3762)でお申し込みください。
- 4、申込期間 10月2日(月)～10月20日(金)9時から17時まで
- 5、その他
  - ・参加人数 先着100名(定員になり次第、締め切ります。)
  - ・試食代金 一人282円(当日ご持参ください)

事前に食材を発注するため、10月16日(月)17時以降のキャンセルは代金をいただきますので、ご了承ください。

  - ・対象 沼田市在住の人または勤務している人



沼田市のホームページにリンクします。

