

# もぐもぐだより

宮津市学校給食委員会  
 献立作成部会  
 令和6年11月21日  
 No.7

## にほん しょくぶんか がっ か わしょく ひ 日本の食文化！11月24日は和食の日！

平成25年に和食は「無形文化遺産」としてユネスコに登録されました。また、平成25年より「いいにほんしょく」の言葉から、11月24日を「和食の日」と決めました。無形文化とは目に見えない形では残らないため、私たち日本人一人ひとりが和食文化への理解を深め、次世代に伝えてほしいという願いが込められています。

給食の中でも和食を大切にしています。和食の基本である「だし」は、みそ汁なら煮干し、すまし汁なら昆布とかつお節でいちからとっています。また、季節の食材の活用や行事食を取り入れる等、さまざまな形で和食を知ってもらう工夫をしています。

### 和食の特徴

①多様で新鮮な食材と素材の味わいを活用 	②バランスがよく、健康的な食生活 
③自然の美しさの表現 	④年中行事との関わり 

## 和食の基本「だし」



日本のだしは、お吸い物やみそ汁、野菜の煮物などの和食のベースになります。さまざまなおいしい和食でだしを味わいましょう。

### きゅうしょくしつ 給食室

限られた時間の中で、だしのうま味を最大限に引き出せるように、火の入れ方やだしを取り出すタイミングなど、だしの出方を見ながら考えます。

かつおとこんぶ (すまし汁)

煮干し (みそ汁)

11/22(金)に「だし」を味わう和食の日献立を実施します。



### 和食の日献立

- ごはん
- 牛乳
- 聖護院大根と寒ブリの煮物
- 白菜の炊いたん
- かまぼこのすまし汁
- 由良みかん