



# 和食の日給食

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。これは、日本人が昔から食べ継いできた伝統的な食文化としての和食が世界に認められたということです。和食は多様で新鮮な食材が使われ、素材の味わいを生かした調理がされています。また、一汁三菜の理想的な栄養バランスのとれた食事形態です。そして、自然の美しさを表現し、お正月などの年中行事とも深いかわりがあります。和食は日本の誇れるものなので、ずっと残していきたいですね。

11月24日は

「和食の日」です！

和食の基本は  
一汁三菜



11月22日(金)のこんだて

- ごはん
- 牛乳
- とうにゅうステーキあんかけ
- ほうれんそうとしらすのおひたし
- さわにわん

