



# 11月の給食だより

令和2年度11月号  
調布市立第五中学校

日暮れが驚くほど早くなってきました。朝晩の寒暖差が大きい季節です。気温が下がると体温も下がり体調を崩しやすくなります。食事はしっかりよくかんで、バランスよく栄養を摂って抵抗力をつけましょう。

## 今月の目標 ～感謝の気持ちをもって食べよう～

～\*～\*～\*～**感謝の気持ちをあらわそう**～\*～\*～\*～

食事の挨拶として使われている『いただきます』『ごちそうさま』は敬意をあらわす言葉です。食材を育てたり獲ったりした人、食事を作ってくれた人に対する感謝の言葉、肉や魚、野菜も含め、食材の「命」そのものへの感謝の言葉とされています。気持ちを込めて挨拶をして美味しくいただきましょう。

いただきます！ごちそうさま！

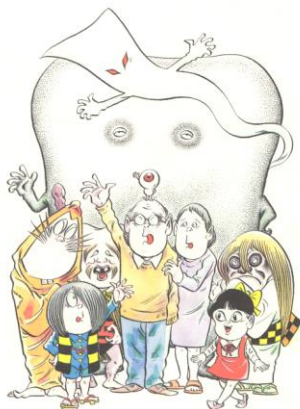


心を込めてあいさつをしましょう

## 11<sup>がつ</sup>月の献立紹介<sup>こんだてしょうかい</sup>

### 30日：水木先生の家庭料理「炒飯」「ミニエビフライ」「炒めビーフン」

「ゲゲゲの鬼太郎」の作者である漫画家・水木しげるさんは調布市の名誉市民です。水木しげるさんは鳥取県境港市で育ち、その後93歳までの56年を調布で過ごしました。



©水木プロ



調布のまちなかには、「ゲゲゲの鬼太郎」に登場する鬼太郎や目玉おやじ、一反もめんなどの妖怪たちが描かれたバスやマンホールがあったり、調布駅近くの商店街には「ゲゲゲの鬼太郎」のキャラクターたちのモニュメントが飾られています。調布市では、水木しげるさんが亡くなった11月30日を「ゲゲゲ忌」とし、いろいろな催しが行われています。そこで11月30日の給食は「ゲゲゲ忌」にちなんで、◆水木しげるさんが大好きだったという「炒飯」とよく食卓にのぼったという「ミニエビフライ」「炒めビーフン」をとりいれました。

## ～お知らせ～

11月11日(水)・12日(木)13日(金)

期末テストのため給食はありません。



☆3学期の給食申し込み用紙を11月中旬に配付します。給食を申し込む方も申し込まない方も、申込用紙に必要事項を記入して12月4日の締め切りまでに提出をお願いします。

