

Table with columns for date, menu name, energy/nutrient values, and main ingredients categorized by food group (Red, Green, Yellow).

\* 材料等の都合により、献立を一部変更することがあります。ご了承ください。
\* 生産者のお名前を教室掲示「ランチタイム」にてお知らせします。

今月の地場野菜

さといも さつまいも キャベツ だいこん にんじん にんにく 白ねぎ 青ねぎ 白菜 ほうれん草 大豆 しいたけ 小豆



和食：日本人の伝統的な食文化

2013年にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」。「一汁三菜を基本とするバランスのよい食事」、「四季の移ろいを表現した食事」、「年中行事と関わりのある食事」を特徴とする「和食」は、世界に誇れる食文化です。11月24日はいい和食の日。改めて、和食の良さに目を向けてみましょう。