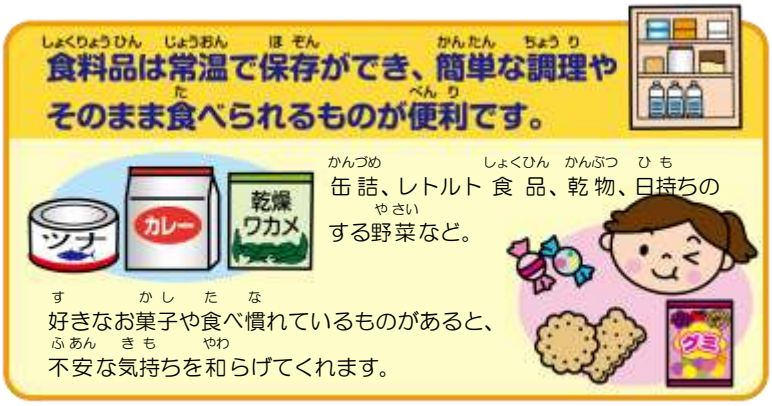
9月 給食だより

東京都立板橋特別支援学校
校長　山岸直人

食の備えを見直しましょう

1923年９月１日に関東大震災が発生したことにちなみ、９月１日は「防災の日」です。秋は台風シーズンということに加え、近年では気候変動の影響からか豪雨も頻発し、各地で甚大な被害が相次いでいる状況です。台風の予報が出てから慌てて買いに行って売り切れ…ということのないよう、日ごろから水や食料品は多めにストックしておくと安心です。

水や食料品は最低３日分、できれば１週間分を備えておくことが勧められています。日常よく食べているものを多めに買い置きし、食べたら買い足す「ローリングストック」で無理なく備えましょう。



＜リクエストメニュー＞

① １９日　３年Ａ組

チャーハン　豚肉と大根のべっこう煮

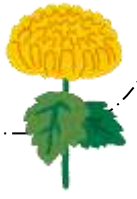
野菜スープ　いちごヨーグルト

② ２４日　３年C組

醤油ラーメン　グリーンサラダ　りんご

今月は２クラス分提供します。A組はクラス全員が食べられるメニューを考えてくれました。C組はラーメンが食べたいとリクエストをもらいました。ほかの日にも授業の中であがったメニューを少しずつ組込んでいます。

＜行事食　重陽の節句＞

9月9日　菊花と白菜のおかか和え

重陽の節句は「菊の節句」とも呼ばれています。昔、中国では菊の花は薬として使われており、菊を食べると健康で長生きできると言われていました。平安時代に菊を食べる文化が日本に渡ってきました。９月９日は綺麗な菊を眺めたり、お風呂に浮かべたり、菊の料理を食べたりして健康を願う日です。