あけまして 会 あめでとうございます

しがつこんだている。



益田市教育委員会

食品の3つのはたらき

赤(あか)・・・ちやにくやほねになるしょくひん 緑(みどり)・・・からだのちょうしをととのえるしょくひん

黄(き)・・・ねつやちからになるしょくひん



月曜日 水曜日 木曜日 金曜日 こんげつ きゅうしょく 今月の給食のテーマ ●○ 今年度の高津学校給食センターのメンバー紹介 ○● ちょうりいんやく にん きゅうしょくちょうり 調理員(約29人):給食を調理します。 がっこうきゅうしょくかか ひと きゅうしょくれきし し 学校給食に関わる人や給食の歴史について知ろう じむしょくいん しょくざいちょうたつ 事務職員(3人):食材の調達をします。 えいようし こんだてかんが 栄養士(3人):献立を考えます。

みなさんが食べている給食は、学校給食に関わる様々な人たちの 獣いいます。 働きによって、みなさんの元に届いています。給食の材料を作る生 またしょさん、食材の調達をする事務職員さん、献立を考える栄養士さ ん、給食を調理する調理員さん、給食を学校へ運ぶ配送員さんなど です。それぞれが役割分担をしながら、給食を食べる子どもたちの ことを考えてお仕事をしています。今月は、給食に関わる色々な仕 事をする人たちのことを思って、感謝して食べましょう。

はいそういんやく にん きゅうしょがっこう はこ配送員(約20人):給食を学校へ運びます。



おから しおこんぶ くじらの はんのぐ ヒレカツ あえ サラダ サラダ ケチャップに カツどん えいよう ようふう むぎごはん ごはん ●かつどん みそしる I 月24日~30日は全国学校給食週間(ぜんこくがっこうきゅ エネルギー **| かていでおぎないたいもの** エネルギ かていでおぎないたいもの 660 kcal ぎゅうにゅう しょうが コーン たまねぎ こまつな こんじん しょうが うめぼし キャベツ こまつな くじらにく かたくりこ とりにく あぶらあい バリンビース **かぼち**や ぶたにく むぎ あぶら チキンハム しおこんぶ あぶら じゃがいも **パンこ** こむぎこ にんじん ぶなしめじ ぼりどうふ みそ にんじん たまねぎ おから プロッコリー えのきたけ ごま カリフラワー ねぎ すいとん ベーコン キャベツ さとう りめんじゃこ カリフラワー ねぎ ●たまご たまねぎ つおぶ

12日 全国味めぐり献立(青森県)



〇ホタテごはん…陸奥湾でホタテの養殖が盛んです。 Oとりとごぼうのにんにくソース・・・青森県は、ごぼう・ にんにくの生産量全国 | 位です。

〇タラのじゃっぱ汁・・・津軽地方の郷土料理です。 つりんご・・・生産量全国 I 位です。津軽地方は寒暖差 があり、りんごの栽培に適しています。



17首 益田の食育の日献立

まいつき 「にちぜんご c f ますだ しょくいく ひ 毎月19日前後を「益田の食育の日」として益田でとれた食 「石見地方の郷土料理「うずめ飯」

ケールはその栄養の多さから 「野菜の王様」 とも言われています

22日 石見地方の郷土料理献立

もの と い こんだて よりだ さん │ むかしつわの はん とのさま べ物をたくさん取り入れた献立にしています。今月の益田産 ! 昔、津和野藩のお殿様から「ぜいたくをしないように」とい とから「うずめ飯」が生まれたといわれています。 豁後でも、具材をごはんで隠して食べてくださいね。



ことし 今年は「タイムスリップ給食」を企画して、明治時代から平成にかけて にんきがつこうきゅうしょくさいげん の人気学校給食を再現しました。みなさんは、どの時代の給食が好きで



10管(火)の

芒草入り

かきたま汁には

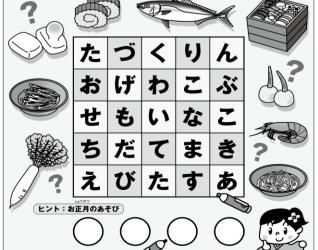
せり、すずな

すずしろ

が入ります。

下の絵は、お正月に関係する食べものです。 絵の名前の文字を消したあと、 残った言葉をならべかえて、〇〇〇〇に入る名前を書きましょう. お





益田市立高津学校給食センターは、市のホームページよりアクセスしてください http://www.city.masuda.lg.jp/ 市のホームページ→所属で探す→「教育委員会」→「高津学校給食センター」

※献立や使用する食材は、天候等によって変更になる場合があります。