

給食だより 1月号

1月の地産地消

米 にんにく 干しいたけ はくさい
キャベツ だいこん にんじん だいず
相生産木綿豆腐 若さのみそ ゆず果汁

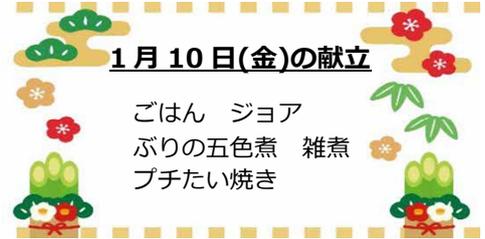
1月のかみかみ献立

16日(木) 黒糖ビーンズ
23日(木) ポトフ
30日(木) ミネストローネ

新しい年が始まりました。寒さはこれから一段と厳しくなり、風邪や様々な感染症が流行しやすい時期です。手洗い・うがいをしっかりと行い、バランスのよい食事を心がけて、毎日元気に過ごしましょう。

いただきましたか？お正月料理

お正月に食べる料理には、新しい1年を元気に過ごせるよう願いが込められています。給食でも、出世魚のぶりや、おもちの入った雑煮、縁起物の鯛(たい焼き)が出ます。しっかり食べて、今年も良い1年にしていきましょう。



1月10日(金)の献立

ごはん ジョア
ぶりの五色煮 雑煮
ブチたい焼き

学校給食 を考える一週間



1月24日~30日は **全国学校給食週間**です。戦争の間中断していた学校給食は、昭和21年12月24日から再開され、この日が記念日となりました。今は冬休みで給食がない日なので、翌月の1月24日を記念日とし、その後1週間を給食週間としています。

当時は食べ物が少なく、「子ども達の栄養補給」が給食の第一の目的でしたが、現在では、食を通して人間関係を育成することや、日本や地域の食文化を継承すること、国際理解を深めることなど、「教育」としても位置付けられています。

給食や、食べることについて、ご家庭でも考えたり話し合う機会になればと願っています。



令和6年度
学校給食週間
テーマ

「相生の食材がいっぱい！生産者さんいつもありがとう」



相生市は、海の幸にも山の幸にも恵まれ、たくさんの方がおいしい食べ物を作ってくれています。その食材を学校給食に取り入れることで、子ども達は相生の良さを知り、ふるさとの味を学んでいます。

今回の給食週間では、その生産者の方々に注目し、1週間の献立の中にたくさん取り入れました。

24日(金)	27日(月)	28日(火)	30日(木)
<p>三木食品・立巳豆腐</p> <p>給食で使う豆腐・油揚げは、市内にある三木食品さん・立巳豆腐さんのものを使っています。毎日作りたてのものを届けていただいています。</p>  <p>マルト水産</p> <p>相生産業高校ティピアス</p> <p>給食甲子園でも高い評価を得た「ふりかき」は、蒸し牡蠣を作るときに出る牡蠣エキスを使って開発された商品です。2018年の「全国商業高校フードグランプリ」で優勝しました。</p> 	<p>小河ゆず栽培組合</p> <p>矢野町小河で低農薬栽培されているゆずをしぼったものです。毎年11月上旬に、1年分のゆず果汁が作られています。</p> <p>給食では、サラダやおかずのタレの風味付けによく使っています。</p>  <p>株式会社 百姓</p> <p>毎日のお米は、矢野町にある株式会社 百姓さんのものを使っています。その他、とうもろこしやプロッコリーなど、季節の野菜も入れてくださいます。</p> 	<p>若さの味噌加工グループ</p> <p>相生市の給食に欠かせない「若さの味噌」。毎年冬場になると、8人の女性メンバーが昔ながらの製法で丁寧に手作りされています。材料には市内産のお米と佐用の大豆を使っており、減塩で優しい味わいの味噌です。</p>  <p>29日(水)</p> <p>深山農園</p> <p>相生で3代続く老舗の椎茸農家さんです。矢野町の山間のきれいな水と空気で作られています。椎茸が採れた後の菌床を再利用する新しい取り組みも行っているそうです。</p> 	<p>野瀬の朝市</p> <p>野瀬にある複数の農家さんが、様々な季節の野菜を作ってください、給食に使わせていただいています。</p> <p>特に毎年6月頃に、1年分のにんにくを収穫していただき、給食室で下処理をして冷凍保存し、日々の給食に使っています。</p>  <p>金治商店</p> <p>知る人ぞ知る、若狭野町にある明治43年から続く醤油屋さんです。煮物など、給食で使う濃口醤油は、全て金治商店さんのものを使っています。</p> 

相生市
学校給食
テーマ

まるまる満点！多彩なメニュー！

未来につながる 相生の給食！！



日	曜	パン ごはん	牛 乳	おかず	ざいりょう名			家庭でとくに とりたいもの	エネルギー量	たんぱく質
					ねつや力になるもの ☆黄のたべもの	体をつくるもの ☆赤のたべもの	体のちよよしをとのえるもの ☆緑のたべもの		kcal	g
								上段:小学生	下段:中学生	
10	金	げんりょう ごはん	ジョア	ぶりのごしきに ぞうに プチたいやき	ごはん でんぷん さつまいも あぶら さとう しらたまだんご プチたいやき	ジョア ぶり だいず とりにかく かつおぶし	にんじん チンゲンサイ だいこん しめじ ねぎ	ぎゅうにゅう	625	737
									24.9	28.9
14	火	ごはん	○	とりにくのたつたあげ ごもくきんぴら ばちじる(たまごぬき)	ごはん でんぷん あぶら さとう ごま油 ばち	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	しょうが こんにやく にんじん たけのこ いんげん ごぼう たまねぎ ほししいたけ ねぎ	かいそう るい	626	747
									27	31.3
15	水	ごはん	○	マーボー豆腐 はるさめスープ	ごはん ごま油 でんぷん さとう あぶら はるさめ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいずのはな みそ とりにく	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが チンゲンサイ	くだもの るい	563	671
									23.4	27.0
16	木	りんごパン	○	スペインふうオムレツ クリームシチュー こくとうビーンズ	りんごパン じゃがいも バター ごむぎこ こくとうビーンズ	ぎゅうにゅう オムレツ とりにく	たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー	いろいろすい やさしい	582	723
									25.7	30.6
17	金	【防災給食】 おむすび	○	きりほしだいこんいりぶたじる カンパン みかん	ごはん カンパン	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ	きりほしだいこん にんじん ごぼう こんにやく ねぎ みかん	さかな るい	609	717
									19.9	22.5
20	月	ごはん	○	だいこんのかんこくふうにも さつまじる	ごはん さとう さつまいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく みそ	だいこん ねぎ しょうが にんにく こんにやく えのきたけ たまねぎ にんじん	たまごるい	575	685
									22.6	25.8
21	火	ごはん	ジョア	ハムサラダ すきやきふう	ごはん さとう あぶら	ジョア チキンハム ぎゅうにく とうふ	だいこん キャベツ はくさい たまねぎ にんじん しろねぎ こんにやく	まめるい	583	706
									26.3	31.2
22	水	チキン カレー ライス	○	フルーツポンチ はくさいのみみづけ	ごはん じゃがいも バター りんごゼリー みかんゼリー	ぎゅうにゅう とりにく チーズ かつおぶし	たまねぎ にんじん はくさい もも パイナップル	こざかな るい	609	726
									22.2	25.7
23	木	げんりょう パン	○	スパゲッティミートソース ポトフ	パン スパゲッティ オリーブ油 じゃがいも	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく とりにく だいず	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ	いろいろこい やさしい	574	664
									25.8	29.6
24	金	ごはん <small>三木食品・立巴豆腐 相生産業高校ティピラス ・マルト水産</small>	○	てりやきにくだんご うのはないり とうふのみそしる ふりカキ	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう にくだんご おから とりにく ちくわ あぶらあげ わかめ あいかいさん とうふ みそ	にんじん ねぎ ほししいたけ たまねぎ	くだもの るい	560	708
									23.9	29.8
27	月	ごはん <small>小河ゆず栽培組合</small>	○	とりにくのゆずふうみ もやしのしおこんぶあえ ゆずかじる	ごはん でんぷん あぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく しおこんぶ かまぼこ あぶらあげ しろみそ	もやし キャベツ にんじん だいこん えのきたけ みずな ゆず果汁	いもるい	561	668
									25.9	30.0
28	火	ごはん <small>若さのみそ 加工グループ</small>	○	ぶたにくとだいこんのみそに わかさのみそのみそしる	ごはん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ わかさのみそ とうふ わかめ あぶらあげ	だいこん こんにやく にんじん いんげん しょうが たまねぎ	きのこるい	607	724
									23	26.5
29	水	ごはん <small>深山農園</small>	○	あつあげのすぶたふう ワントンスープ	ごはん でんぷん あぶら さとう タンメン	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ あぶらあげ	たまねぎ にんじん ピーマン ほししいたけ ねぎ	さかな るい	606	721
									24.9	28.5
30	木	パン <small>野瀬の朝市 金治商店</small>	○	ウインナーポテト ミネストローネ だいふく(とうにゅうバナラふうみ)	パン じゃがいも さとう オリーブ油 あぶら だいふく	ぎゅうにゅう チキンウインナー あおのり とりにく だいず	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ	いろいろこい やさしい	610	734
									25.4	30.2
31	金	ごはん	○	チャプチェ キムチスープ かんこくのり	ごはん はるさめ ごま油 さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ みそ かんこくのり	にんにく しょうが にんじん ほししいたけ たけのこ ねぎ はくさいキムチ キャベツ たまねぎ	しじつ るい	583	686
									23.5	26.2



“21世紀構想研究会特別賞”受賞

12月8日(日)に東京の女子栄養大学で行われた「第19回全国学校給食甲子園」で、相生市の給食が、優れた献立に与えられる21世紀構想研究会特別賞を受賞しました。この賞は、優勝・準優勝に次ぐ**全国3位**の賞になります。



全国3位



ごはん 牛乳 鶏肉のゆず風味
相生野瀬かんぴょうの炒め煮
若さのみそのみそ汁
ふりカキ 矢野メロン

今回応募した献立には、**ゆず**、相生野瀬かんぴょう、若さの味噌、矢野メロンと、どの料理にも相生市の特産品や伝統野菜が積極的に活用されています。

また、献立名には相生市の地名が盛り込まれており、最終4次審査の講評では、そのネーミングにも評価をいただきました。

さらに、市の特産品である牡蠣をふりかけにした「ふりカキ」は、県立相生産業高校の生徒たちが開発した食品です。

これら、**地域の生産者および小学校から高校までの生徒たちを巻き込んだ献立と食育**が審査員たちに高く評価され、今回の受賞につながりました。

“まるまる満点 多彩なメニュー
未来につながる相生の給食”

相生市学校給食会の掲げるテーマのもと、これまで取り組んできた給食が全国で認められ、このような賞までいただくことができました。

これからも、子ども達の未来につながる取組を行っていきたく思います。

