

# 食育だより

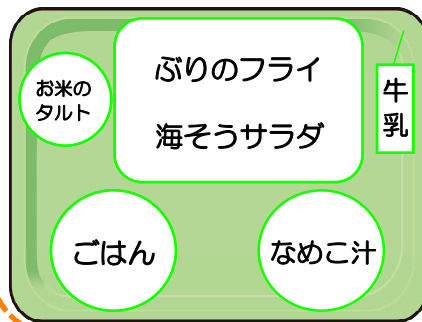


令和5年度1月発行  
琴浦町立学校給食センター

## 1/23~31 は、児童生徒作成献立が登場します！

全国学校給食週間（1/24~30）に合わせて、琴浦町では毎年、各小中学校の児童生徒が家庭科の学習や委員会活動等を通して作成した献立が、実際の給食として登場します。栄養バランスや地場産物の活用、家庭のおすすめメニューなどを取り入れ、工夫を凝らした各学校を代表する給食です。どうぞお楽しみに！

### 1月23日(火) 船上小学校の給食

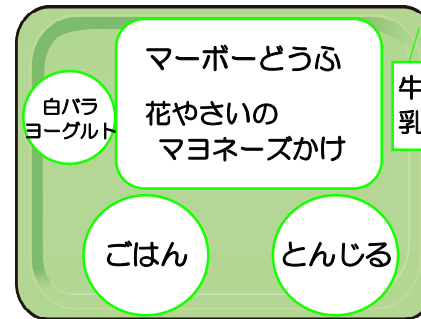


献立作成者:船上小学校 6年 谷口 蒼空 さん

テ - マ:今が旬!冬の栄養たっぷりこん立

【工夫した点】旬の魚ぶりと、冬の野菜大根を使ったこん立にしました。取り入れにくい無機質を、牛乳以外に、わかめとちりめんじゃこから取り入れました。デザートはみんなが大好きなので、デザートもいれて考えました。

### 1月26日(金) 聖郷小学校の給食

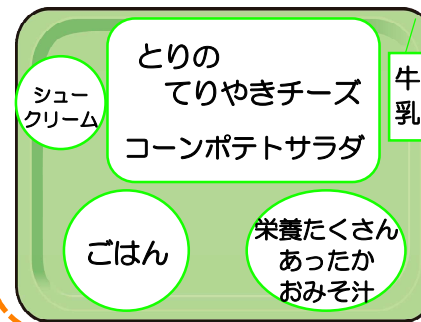


献立作成者:聖郷小学校 6年 日置 敦也 さん

テ - マ:栄養がたくさんとれる こんだて

【工夫した点】とんじるには、にんじんや里いも、マーボー豆腐には体が温まるしょうがやにんにくなどを入れて、全体的に栄養バランスの良いこんだてにしました。ブロッコリーやカリフラワーの旬の味も味わってください。

### 1月29日(月) 東伯中学校の給食



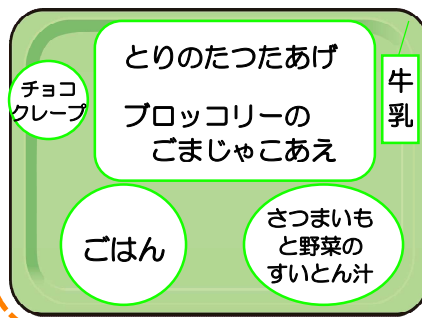
献立作成者:東伯中学校2年3組 松田 真子 さん

テ - マ:冬でも元気に!ぼかぼか給食

【工夫した点】

みんなに人気のメニューに加えて、小中学生の成長を助ける乳製品、冬が旬の食材を多く取り入れてみました。たくさん給食を食べて、寒い冬も元気にみんなで乗り越えていきましょう。

### 1月24日(水) 浦安小学校の給食



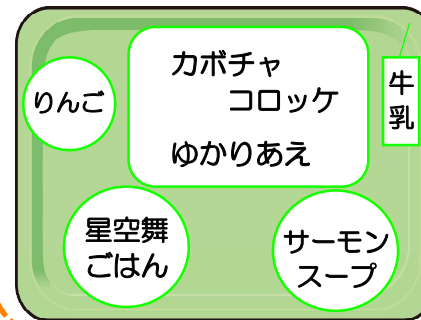
献立作成者:浦安小学校 6年 岡田 幸 さん

テ - マ:琴浦町の野菜、旬の野菜たっぷり給食

【工夫した点】

栄養満点野菜をたくさん使って、みんなが好きそうなメニューにしました。旬の野菜や、琴浦町の野菜をたくさん使いました。

### 1月30日(火) 赤碕小学校の給食



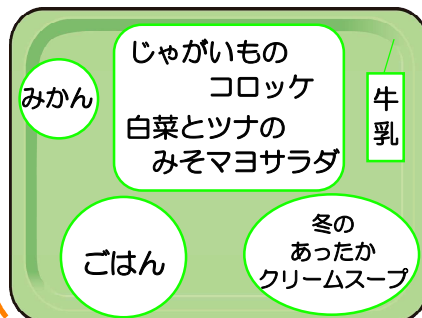
献立作成者:赤碕小学校 6年 佐伯 希恵瑠 さん

テ - マ:冬の食材を使った給食

【工夫した点】

私が工夫したところは、地元の食材を取り入れたことです。冬になると家族では定番のサーモンスープを、地元のグランサーモンでも食べたいと思って献立を作りました。

### 1月25日(木) 赤碕中学校の給食

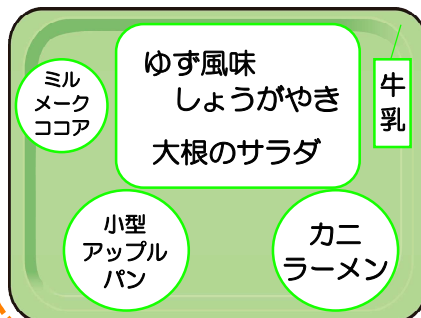


献立作成者:赤碕中学校 給食委員会

テ - マ:冬にぴったりあったか給食

【工夫した点】旬の野菜をたくさん取り入れ、体のあったまるような献立にしました。サラダは、白菜、鰹節、味噌などを入れ、新しくおいしい味にしました。スープは、全体的にみんなが好きそうな食材や、味付けにしました。

### 1月31日(水) 八橋小学校の給食



献立作成者:八橋小学校 6年 中原 萌音 さん

テ - マ:「冬といえば…」の食べ物給食

【工夫した点】

「冬といえば…」の食べ物をたくさんいれました。冬にしか味わえない、あまみのある食材をいれたこんだてにしました。カニラーメンは、私も食べた事がないので、とてもたのしみです。