

# 食育だより

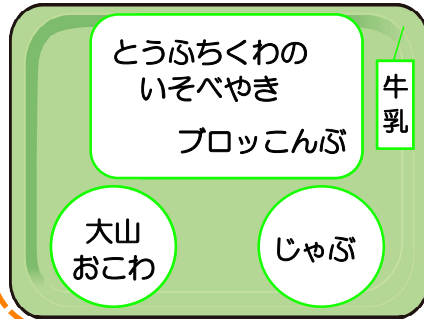


2026年 令和8年  
令和7年度1月発行  
琴浦町立学校給食センター

1/22~30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、家庭科の学習を通して作成した献立を、実際の給食として再現する「参加型給食」を実施しています。栄養バランス、旬の食材や地場産物の活用などに配慮し、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！

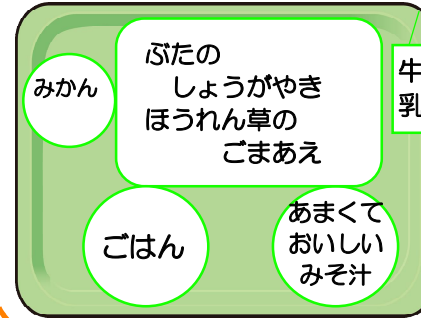
## 1月22日(木) 東伯中学校の給食



献立作成者:東伯中学校 1年2組 <sup>よこやま しほ</sup>横山 志帆 さん  
テ - マ:鳥取県の郷土料理給食

【工夫した点】 工夫した点は、鳥取県の郷土料理をたくさん選んだところです。大山おこわやじゃぶを選びました。副菜では、鳥取県で多く栽培されているブロッコリーを使った、ブロッこんぶにしました。

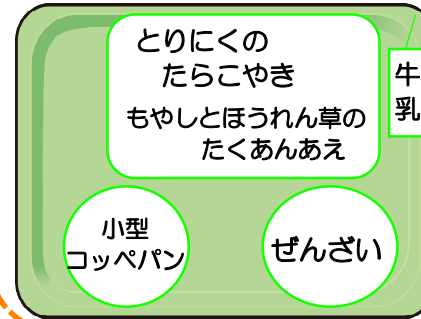
## 1月27日(火) 船上小学校の給食



献立作成者:船上小学校 6年 <sup>よねだ りの</sup>米田 梨希 さん  
テ - マ:ほかほか給食 絶対あったまる！

【工夫した点】 豚のしょうが焼きに入っている生姜は、食べると体があったかくなります。ほうれん草のごまあえは、さっぱりしているから、豚のしょうが焼きを食べた後に食べると油っこくなくて食べやすいです。お味噌汁は、さつまいもで甘くしています。最後にみかんで冬を味わってください。

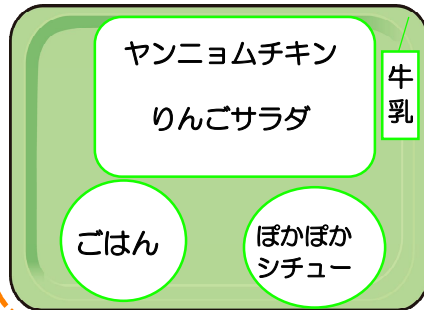
## 1月28日(水) 赤碕中学校の給食



献立作成者:赤碕中学校 1年B組 <sup>たにもと ひかり</sup>谷本 光 さん  
テ - マ:正月

【工夫した点】 正月といった日本の文化や行事を学ぶ機会として、ぜんざいにしました。ぜんざいの中にさつまいもが入っているので、ぜひ甘みを楽しんで食べてください。

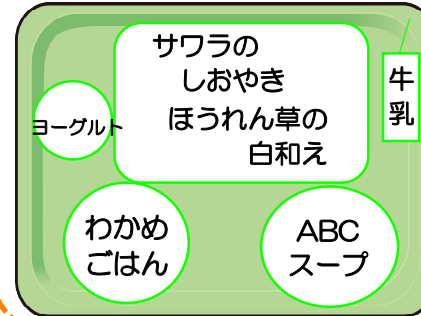
## 1月23日(金) 聖郷小学校の給食



献立作成者:聖郷小学校 6年 <sup>いくた</sup>生田 すみれ さん  
テ - マ:ほかほか給食

【工夫した点】 冬が旬の食材をたくさん使って、体があたたまるようにシチューにしました。おかずは、ヤンニョムチキンにして甘辛いたれで、ご飯に合うように考えました。みんなにおいしく食べてもらいたいです。

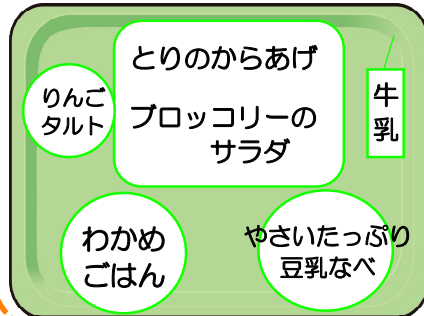
## 1月29日(木) 浦安小学校の給食



献立作成者:浦安小学校 6年 <sup>ひらく あみ</sup>平久 愛望 さん  
テ - マ:旬の食材を味わおう

【工夫した点】 旬の食材を使って、あっさりとした給食にしました。この給食は肉を使わず、野菜と魚、海そうを使って完成させました。お腹の調子を整えるヨーグルトも取り入れました。

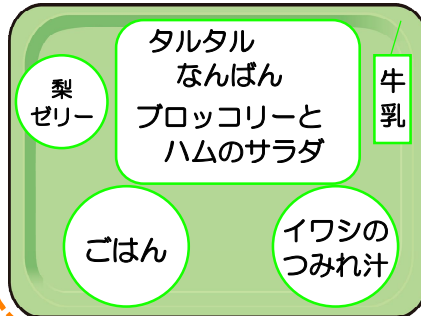
## 1月26日(月) 八橋小学校の給食



献立作成者:八橋小学校 6年 <sup>たなか じんた</sup>田中 仁大 さん  
テ - マ:冬の寒さを吹っ飛ばす 栄養たっぷり給食

【工夫した点】 寒い時期だと体を温めるためにエネルギーを使います。みんなの大好きなから揚げと、温かい豆乳鍋で旬の野菜を味わいながらビタミンを補給して、1月も元気に生活してほしいです。

## 1月30日(金) 赤碕小学校の給食



献立作成者:赤碕小学校 6年2組 <sup>やまさき ちはる</sup>山崎 千晴 さん  
テ - マ:鳥取づくしで冬を乗りきろう！

【工夫した点】 琴浦町の食材以外にも、鳥取県の特産品をたくさん取り入れました。魚の漁獲量が全国で上位の境港のイワシを使ったお汁や、琴浦町の特産品であるブロッコリーを使ったサラダ、梨ゼリーもつけました。寒い冬にこれを食べて、元気に過ごしましょう。