令和７年　　６月　５日（木）　　中央学校給食センター

【献立名】　　コッペパン　　牛乳　　手作りハンバーグ　　キャロットサラダ
コンソメスープ　　ヨーグルト

【ひと口メモ】

感謝して食べよう

（感謝の心）

みなさんが食べている給食は、丸亀市飯山町にある中央学校給食センターで作られています。幼稚園が２園・こども園が２園・小学校が６校・中学校が３校、全部で約４５００人分の給食を作っています。

さて、ここで問題です。この４５００人分の給食を作るために、今日は何人の人が調理したでしょうか。

①１０人　　②２０人　　③４０人

正解は③の４０人です。

一人当たり約１１０人分の給食を作っていることになります。調理員さんは、みなさんにおいしく食べてもらえるようにがんばって作ってくれています。今日のハンバーグも１つ１つていねいに丸めて手作りをしてくれました。ぜひ、作っている人の思いを大切に、感謝して食べましょう。

令和７年　６月　５日（木）　　第二学校給食センター

（献立名）　　米粉パン　　牛乳　　ポークビーンズ　　元気サラダ　　オレンジ

【ひとロメモ】

じょうぶな骨をつくる栄養について知ろう

（健康によい食事のとり方）

人の体には、たくさんの骨があり、体を支えたり、守ったりしています。例えば、胸の骨の肋こつは、心ぞうや肺などを守っています。足の骨や背中の骨は、まっすぐ立てるように体をささえています。

成長期のみなさんは、じょうぶな骨をつくるためにバランスのとれた食事や運動をすることが大切です。特に骨をつくるもとになるのは、カルシウムという栄養素ですが、今の日本人はカルシウムが足りていないといわれています。今日の給食で、カルシウムを多く含む食品は、「牛乳」「大豆」があります。普段の食事やおやつでも、カルシウムを含む食べ物をとりましょう。

令和　７年　６月５日（木）　　飯山学校給食センター

【献立名】　コッペパン　牛乳
手作りハンバーグ　キャロットサラダ
コンソメスープ　ヨーグルト

≪今日の丸亀産の食材≫
キャベツ

【ひと口メモ】

感謝して食べよう

（感謝の心）

みなさん、きちんと「いただきます」･「ごちそうさま」を言えていますか？食事のあいさつには、それぞれ意味があります。

私たちは、生き物の命をいただいています。そのため、ほかの生き物の命に感謝の気持ちをこめて「いただきます」といいます。また、「ごちそうさま」の「ちそう」とは，食材を育てたり、調理したりと、駆け回っていただきありがとうございました、という意味が込められています。

今日のハンバーグも調理員さんがひとつずつ丸めてくれました。いろいろなものが食べられることに感謝し、心を込めてあいさつをしましょう。