

令和 7 年 6 月 20 日 (金) 中央学校給食センター

【献立名】 ダイシモチ麦ごはん 牛乳 あじの香味揚げ
キャベツのごま酢和え なすとふしめんのみそ汁



【ひとロメモ】

丸亀地産の日

(食文化)

平成 17 年 3 月に今の丸亀市になってから今年でちょうど 20 年になるのを記念して、給食では、丸亀市の食材や料理を取り入れた「丸亀地産の日」をもうけています。今日の給食では、丸亀市で生産されたキャベツ、きゅうり、なすを使っています。地元の食材を味わって食べましょう。

今日のねらいは、「地産地消について知ろう」です。

みなさんは、「地産地消」という言葉を知っていますか？地産地消とは、「地域生産・地域消費」の略で、地域で生産されたものをその地域で消費しようという取り組みのことです。

地産地消には、さまざまなよい面があります。つくる人と食べる人の距離が近く、より新鮮なものが食べられ、だれがどのように作っているかが分かるため、安心して食べることができます。また、輸送に伴う二酸化炭素の排出量を減らすことができ、環境にも良いです。

丸亀市の給食では、できるだけ地域でとれた食べ物を使うようにしています。

地産地消を知って、より新鮮で地球にもやさしい食べ物を選んでいきたいですね。

令和7年 6月 20日（金） 第二学校給食センター

（献立名） ダイシモチいりごはん 牛乳 あじの香味揚げ
小松菜のごまあえ ふしめん汁



【ひとロメモ】

暑さに負けない体をつくろう

（食文化）

明日6月21日は夏至で、1年のうちで昼が最も長く、夜が最も短くなる日です。夏至を境に昼が短くなっていきますが、太陽の日差しはまだまだ強く、暑い日が続きます。夏バテをしないように、給食の献立は、主食、おかず、汁ものをそろえています。

暑さに負けない体づくりのために、バランスのよい食事をするように心がけて、十分な睡眠をとり、朝ごはんをしっかり食べてから学校にくるようにしましょう。

令和 7 年 6 月 20 日（金）

飯山学校給食センター

【献立名】 ダイシモチ麦ごはん
牛乳 あじの香味揚げ
ツナとキャベツのからしごまあえ
なすとふしめんのみそ汁

《今日の丸亀産の食材》

キャベツ 小松菜 なす
玉ねぎ 葉ねぎ



【ひと口メモ】

丸亀市産の野菜について知ろう

（感謝の心、食事の重要性）

さて、突然ですが、クイズです。今日の給食に登場している丸亀市産の野菜は何種類あるでしょう？

① 1 種類 ②3 種類 ③5 種類 （・・・5 秒待つ）

答えは③の 5 種類です。ツナとキャベツのからしごま和えの中に入っている「キャベツ」、「小松菜」、そしてなすとふしめんのみそ汁の中に入っている「なす」、「玉ねぎ」、「葉ねぎ」です。どれも、農家さんが心を込めて育ててくれた新鮮でおいしい野菜です。

「身土不二」という言葉がありますが、みなさんは聞いたことがありますか？この言葉には、「その土地でできたものには、人間にとって必要な栄養が備わっている」という意味があります。

その言葉通りに残さず食べて、元気に過ごしましょう。