

令和7年 11月 10日(月) 中央学校給食センター

【献立名】 ガーリックピラフ 牛乳 じゃがいものチーズ焼き
元気サラダ ABCスープ



【ひと口メモ】

丸亀市内産のにんにくについて知ろう

(感謝の心)

今日は、城辰小学校のリクエスト給食です。

にんにくは料理に少し入れるだけで味や香りにアクセントが付き、よりおいしく料理を仕上げることができます。給食でもパスタや炒め物など、様々な料理に使っています。

給食に使っているにんにくは全て丸亀市内で生産されたもので、生産者は大畠正樹さんと、内海千代子さんです。1年間で約140kgものにんにくを使いますが、お二人が育てくれています。

今日の給食では、ガーリックピラフににんにくを使っています。感謝の気持ちをもって、残さずいただきましょう。

令和7年 11月 10日（月） 第二学校給食センター

（献立名）わかめごはん 牛乳 鶏肉の和風ソースかけ
小松菜のアーモンドあえ 豚汁



【ひと口メモ】

感謝して食べよう

（勤労と感謝）

食事の時のあいさつ「いただきます」や「ごちそうさまでした」とは、命ある食べ物をいただくことや、収穫や調理をしてくれた人に感謝の気持ちをこめてという言葉です。

人間は、自然界の動物や植物の命を食べることで生きています。また、農家の人が農作物を育てて収穫したり、漁業に携わる人が魚介をとったり、配達をする人が安全に気をつけて運んだりするなど、私たちに食品が届くまでに多くの人たちがかかわっています。

今日は城南小学校のリクエスト献立です。材料は、米やとり肉、キャベツなどの野菜、全部で19種類使いました。食べ物、関わった人に感謝していただきましょう。

令和 7 年 11 月 10 日（月）

飯山学校給食センター

【献立名】 発芽玄米ごはん 牛乳
さばのみそだれかけ 切干大根の三杯酢
さつまいものみそ汁 青りんごゼリー

«今日の丸亀産の食材»
さつまいも 葉ねぎ



【ひと口メモ】

飯山南小学校のリクエスト献立をおいしく食べよう

(食事の重要性、感謝の心)

今日の給食は、飯山南小学校の 6 年生が考えてくれました。テーマは「旬の食材を食べて元気になろう」です。さつまいもやさば、大根など旬の食べ物がたくさん入っていて、とてもおいしそうですね！

献立を考えるときは、ごはんやパンなどの主食、魚や肉、卵料理の主菜、野菜やきのこ、海藻を使った副菜をそろえることで、黄・赤・緑の 3 つのグループの食べものがそろい、自然と栄養バランスのよい献立をたてることができます。また、旬の食べものをふんだんに使うことで、季節感を感じることができるだけでなく、旬の野菜からもたくさんの栄養を摂ることができます。そして、食べる人のことを考えながら、組み合わせていく事もとても大切です。

献立を考えてくれた人に感謝して、いただきましょう。