

令和8年 1月 21日 (水) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 ししゃもの磯部揚げ 七日炊きごぼう  
とり野菜 黒糖ビーンズ（小・中）



【ひと口メモ】

## 石川県の郷土料理を味わおう

(食文化)

丸亀市の親善都市の石川県七尾市は能登半島の中央にある市で、人口は丸亀市の半分ぐらいですが、面積は丸亀市の3倍もの広さのある都市です。

「七日炊きごぼう」は、七尾市で昔から食べられてきた料理のひとつです。七尾市は、「沢野ごぼう」と名付けられた能登野菜の1つの産地としても有名です。その太い沢野ごぼうを大きく切って、七日間コトコト煮て出来上がるのが「七日炊きごぼう」です。

「とり野菜」は、全国にたくさん種類のある鍋料理の一つで、石川県の鍋料理の代表です。とり野菜の「とり」は、中に入っている鶏肉のことではなく、「野菜の栄養をとる」という意味でつけられたそうです。

石川県ではおととし、大きな震災がありました。七尾市でも被害にあわれた方がたくさんいます。1日でも早い復興をお祈りするとともに、食べられることに感謝していただきましょう。

令和8年 1月 21日(水) 第二学校給食センター

(献立名) ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き  
元気サラダ 豚汁 みかんクレープ



【ひと口メモ】

## 栄養バランスの良い食事について

(食品を選択する能力)

今日は城坤小学校のリクエスト献立です。

組み合わせを考えた理由は、「このメニューだときらいなものがある人が少ないと思ったから」だそうです。

また栄養バランスのことも考えて、サラダとお汁にはたくさんの食材を使いました。今日は、全部で20種類の材料が入っています。

デザートの「みかんクレープ」は、多くの学校で、リクエストの多いデザートです。味わって、今日のリクエストメニューをいただましょ。

令和 8 年 1 月 21 日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】

麦ごはん 牛乳 ししゃもの磯辺揚げ  
七日炊きごぼう とり野菜  
(小・中) 黒糖ビーンズ

«今日の丸亀産の食材»

にんにく 春菊 白菜 にんじん



【ひと口メモ】

## 石川県の郷土料理を味わおう

(食文化)

丸亀市の親善都市の一つに、石川県七尾市があります。今日の給食の「七日炊きごぼう」は、石川県七尾市で昔から食べられてきた郷土料理です。七尾市は、能登野菜の一つである「沢野ごぼう」の産地としてもよく知られています。その太い沢野ごぼうを大きく切って、七日間コトコト煮て出来上がったものが「七日炊きごぼう」です。

また、「とり野菜」も石川県の代表的な鍋料理です。とり野菜の「とり」は、中に入っている鶏肉のことではなく、「野菜の栄養をとる」という意味でつけられたそうです。

一昨年の元旦、みなさんも知っているとおり、石川県能登半島地震が発生しました。丸亀市の親善都市の七尾市も大きな被害を受けています。石川県の復興を願いながら、今日の給食をいただきましょう。