令和８年　　11 月　17 日（火）　　中央学校給食センター

【献立名】　米粉パン　　牛乳　　うずら卵とほうれん草のクリーム煮
小松菜のアーモンドサラダ　　みかん



【ひと口メモ】

ほうれんそうについて知ろう

（心身の健康）

スーパーに行けば一年中手に入るほうれんそうですが、本来の旬は秋から冬にかけてです。この時期は栄養価が高くなり、夏に収穫されたほうれんそうと比べると、含まれているビタミンＣとカロテンの量は３倍にもなります。

また、寒くなってくると寒さから自分の身を守るために養分を蓄えるため、甘く、おいしくなります。

今日は、ほうれん草を使ったクリーム煮にしました。おいしい時期のほうれんそうをいただきましょう。

令和８年　１１月　１７日（火）　　第二学校給食センター

（献立名）　ミルクパン　牛乳　オリーブ豚のハンバーグ　ごぼうサラダ
ABC スープ



【ひと口メモ】

オリーブ豚について知ろう

（食文化）

今日のめあては「地産地消、オリーブ豚について知ろう」です。

オリーブ豚は、香川で育てた豚に香川県でとれたオリーブの果実をエサとして与えて育てたのがオリーブ豚です。オリーブのエサを与えることで、甘味成分が多くなり、しっかりとした赤身のおいしさ、さっぱりとした脂の甘味が味わえます。

今日のハンバーグは、オリーブ豚のほかにも「牛肉」「豆腐」「たまねぎ」「ひじき」を使いました。ハンバーグを味わっていただきましょう。

令和　8 年　11 月 17 日（火）　　飯山学校給食センター

【献立名】

米粉パン　牛乳　うずら卵とほうれん草のクリーム煮

小松菜のアーモンドサラダ　みかん

≪今日の丸亀産の食材≫
チンゲンサイ・ほうれん草
小松菜



【ひと口メモ】

地産地消について知ろう

（食品を選択する能力・感謝の心）

みなさんは「地産地消」という言葉を知っていますか？５年生は社会科で習いましたね。

地産地消とは「地元で生産されたものを地元で消費する」という意味です。

地産地消の良いところはたくさんあります。例えば、いつ、どこで、どんな人が作ったものなのかがはっきりと分かるため、買う人が安心して食べることができるところです。また、地元でとれたものは新鮮なため、味がとてもおいしいところです。さらに、食べ物を作ったその地域で消費することで、運ぶ距離が短くてすみ、輸送中に出る排出ガスも少なくなり、環境にもやさしい取り組みです。

丸亀市の学校給食では、地産地消の取り組みとして、地元でとれた食材を積極的に使用しています。今日の給食には、丸亀市産のほうれん草、チンゲンサイ、小松菜が登場しています。生産者の方に感謝して、残さずいただきましょう。