

給食だより



令和3年
1月号
上八万中学校

新年あけましておめでとうございます。今年もおいしく安全な給食をつくっていきます。どうぞよろしくお願いいたします。



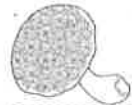
地産地消について考えよう



地産地消とは、地域で作られた地場産物をその地域で消費することです。地産地消を推進することで、生産者と消費者が協力しながら、その地域の食を守っていくことができます。学校給食でも、積極的に地場産物を使っています。



◇◇◇徳島県の地場産物◇◇◇



すだち	さつまいも	しいたけ
生産量の98%が徳島県産。私たちの食卓に欠かせません。爽やかな酸味と優雅ですがすがしい香りが料理を引き立てます。	鳴門市や松茂町、徳島市で生産されている「なると金時」。甘味が強く、ほっこりした食感が特徴です。貯蔵することでさらに甘味が増します。	徳島県では菌床栽培という方法でしいたけを通年栽培しており生産量は全国1位です。肉厚で香り高くどんな料理も合います。
れんこん	ねぎ	わかめ
徳島県はれんこんの生産量が茨城県について全国第2位です。縁起物として、お正月やおめでたい日に欠かせない食材です。	徳島市の渭東地区では青ねぎの栽培が盛んで、京阪神地方にも多く出荷しています。料理の彩をよくし、味を引き立てます。	鳴門の渦潮にもまれた鳴門わかめの特徴は、そのしなやかさとコシです。わかめはビタミン、ミネラル、食物繊維など栄養も豊富です。



★この他にもたけのこやちりめん、小松菜など、たくさんの地場産物があります。徳島県でとれた新鮮な食材をおいしくいただきましょう。

1月24～30日は全国学校給食週間です

明治22年に山形県の小学校で始まったとされる学校給食。戦争によって中断されながらも、長い歴史をたどり現在まで続いています。「全国学校給食週間」は、戦後に学校給食が再開されたことを記念して定められたもので学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。

お弁当を持ってこられない子どものために食事を用意したのが学校給食の始まりです。

栄養バランスが整っているのはもちろん、生きた教材として食育を進める大切な役割を担っています。



明治22年の給食



現在の給食

★徳島市教育委員会給食管理室よりお知らせ★

学校給食週間にちなみ、徳島市学校給食パネル展を開催します！



～学校給食パネル展～

日時：令和3年1月27日(水)～1月31日(日)
場所：ふれあい健康館(1F きっかけ空間)

★給食レシピや学校給食の食育の取組などのパネル展示、「作ってみよう！令和のおうちごはん～自分でだしをとってみよう～」の料理の応募写真等掲示、学校給食に関するポスターの作品掲示など。

徳島市中学校給食予定献立表

令和3年1月分

徳島市教育委員会

日曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)						
		血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
8 金	米粉入り 黒糖パン	野菜のクリーム煮 パンプキンオムレツ	とり肉 ベーコン パンプキンオムレツ	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ はくさい	パン 黒砂糖 じゃがいも	油 ポターージュの素 生クリーム ベシヤメルソース
12 火	ごはん	ぶりのてり焼き 塩昆布あえ 白玉雑煮	ぶりのてり焼き とり肉 かまぼこ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳	にんじん ねぎ	はくさい 大根	精白米 強化米 白玉もち	
13 水	ごはん	コロッケ ポイルキャベツ ウスターソース 豚肉とごぼうの炒め煮	豚肉 さつまあげ	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ ごぼう こんにやく	精白米 強化米 コロッケ さとう	油 白ごま
14 木	(ごはん)	カレーライス タピオカ入りデザート	豚肉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく みかん バイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも パパロアの素	カレールーウ 油 ココナッツミルク
15 金	米粉入り アーモンド 揚げパン	スコッチエッグ ブロッコリー ケチャップ 野菜スープ	スコッチエッグ ベーコン	牛乳 わかめ	ブロッコリー にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ	パン さとう	油 アーモンド粉
18 月	ごはん	オイスターソース炒め えびしゅうまい 黒砂糖豆	豚肉 えびしゅうまい 大豆	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが にんにく たまねぎ ヤングコーン キャベツ	精白米 強化米 さとう 黒砂糖	油
19 火	ごはん	ホキのすだち風味 厚揚げと根菜のみそ汁 スティックチーズ	ホキ 厚揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳 チーズ	にんじん ねぎ	すだち酢 大根 ごぼう しょうが	精白米 強化米 でんぶん さとう さつまいも	油
20 水	ごはん	肉じゃが おひたし	豚肉 さつまあげ がんもどき 花かつお	牛乳	にんじん ほうれん草	たまねぎ こんにやく えだまめ はくさい	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油
21 木	ごはん	キャベツのミンチカツ ゆかりづけ 切り干し大根のたまごじ	キャベツミンチカツ とり肉 ちくわ がんもどき 卵	牛乳	ゆかり にんじん さやいんげん	きゅうり 切り干し大根 干しいたけ	精白米 強化米 さとう	油
22 金	米粉入り フルーツ パン	煮込みハンバーグ ミニトマト きのこたっぷりポターージュスープ	ハンバーグ とり肉	牛乳	ミニトマト かぼちゃ にんじん	ドライフルーツミックス 生しいたけ しめじ たまねぎ	パン さとう	油 ポターージュの素 生クリーム
25 月	ごはん	ほうれん草入り厚焼き卵 わかめ和え 五目炒め ヨーグルト	ほうれん草入り厚焼き卵 豚肉 大豆 さつまあげ	牛乳 わかめごはんの湯 ヨーグルト	にんじん さやいんげん	はくさい れんこん こんにやく	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油
26 火	(麦ごはん)	阿波のかきあげ丼 かきあげ丼のたれ すまし汁	ちくわ 卵 えび	牛乳 ちりめん わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ 干しいたけ	精白米 強化米 押麦 さつまいも 小麦粉 でんぶん ぶ	油
27 水	ごはん	マーボー豆腐 花野菜サラダ マヨネーズ	豚ひき肉 とうふ 赤みそ	牛乳	にんじん ねぎ ブロッコリー	たまねぎ けしのこ グリンピース 干しいたけ しょうが にんにく カリフラワー	精白米 強化米 さとう でんぶん	油 ラー油 ごま油 マヨネーズ
28 木	ごはん	はもの青のりフライ はくさいの付け合わせ ボン酢しょうゆ そば米汁	はもの青のりフライ とり肉 とうふ ちくわ 油揚げ	牛乳	にんじん ねぎ	はくさい 大根 干しいたけ	精白米 強化米 そば米	油
29 金	米粉入りパン チョコレート パテ	黒毛和牛のボルシチ 大根サラダ ごまドレッシング みかん	牛肉	牛乳	にんじん ホールトマト トマトピューレ	たまねぎ グリンピース 大根 きゅうり とうもろこし みかん	パン じゃがいも	チョコレートパテ 油 デミグラスソース ごまドレッシング

パンについては、業務用のパンです。

は、食育の日の献立です。徳島県産の大根やさつまいもを使った「厚揚げと根菜のみそ汁」は、しょうがの味が効いた、体が温まるメニューです。1月24日から30日は、全国学校給食週間です。新鮮な地場産物を多く取り入れ、郷土料理も実施します。また、今月も新型コロナウイルス感染症に関する国の緊急経済対策の補助事業として、1/28に「はもの青のりフライ」、1/29に「黒毛和牛」を使います。