

スクールランチ

食育だより

令和7年8月 泊小学校



8.9月の目標

体のリズムをととのえよう

2学期がはじまりました。まだまだ暑い日が続きますが、体調はどうですか？学校がある時の生活リズムにもどるように、しっかり朝ごはんを食べて登校しましょう。



あさ のう からだ ほきゆう しょくじ
朝ごはんは、脳と体のエネルギーを補給する食事です

朝ごはんを食べることによって体温も上がり、脳にエネルギーが補給され、脳や体が活動をはじめます。朝ごはんを食べて脳と体にスイッチを入れましょう。



ご飯だけ、パンだけではなく【主食+主菜+副菜】を組み合わせた食事が理想的です。ご家庭で用意しやすいものから、まずは取り入れてみましょう。

9月12日は... とっとり県民の日 です！

とっとり県民の日は、現在の鳥取県が誕生した日です。『ふるさとについての理解と関心を深め、ふるさとを愛する心を育て、誇りをもてる鳥取県を力に合わせて築きあげる日』とされています。給食では「とっとり県民の日献立」として、県産食材をたくさん使った献立を予定しています。おたのしみに！



鳥取県のおいしい産物



とっとり県民の日 中部大満足献立

- ほしぞらまいごはん ○牛乳 【使用予定の産物】
- こめこチキンカツ …米粉、若鶏肉
- にじっせいきなしのサラダ …二十世紀なし、きゅうり
- ちゅうぶスペシャリティカレー …牛肉、じゃがいも、たまねぎ、トマト、なしらっきょう、あご竹輪、神倉大豆

ゆりはま ぼくえい みさき こうたら くらよし
湯梨浜・北栄・三朝・琴浦・倉吉の
特産品を取り入れた

【中部大満足献立】です。
とくさんひん にじっせいきなし さんち
特産品である二十世紀梨の産地として、湯梨浜町は全国で有名です。
ねんせい まいとしまり せいさんしゃ かた
3年生は毎年 泊の生産者の方にお世話になり梨の学習をしています
ね。中部の恵みを感じてください。