

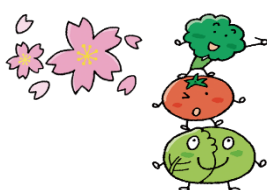
食育だより

2023年度

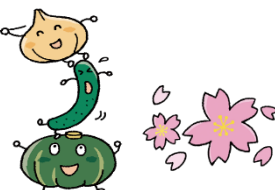
4月号

若桜町立学校給食センター

令和5年度の給食が始まりました。若桜町立学校給食センターでは、5名の調理員がおいしくて栄養満点な給食を、心を込めて作っています。みなさんも給食のきまりを守って、楽しい給食時間にしましょうね。また、この「食育だより」を通じて、食に関する様々なことをお知らせしていきたいと思っておりますので、ぜひ家族でご覧ください。



わかさちょう がっこうきゅうしょく 若桜町の学校給食



しゅさい 主菜

主に体をつくる肉・魚・卵などを
使ったメインのおかずです。

ふくさい あ もの 副菜(和え物など)

主に体の調子を整える
野菜をたくさん使ったおか
ずです。

しゅしょく 主食

ご飯やパン(月1回)など、主に体のエネルギーとなり
ます。

ふくさい しるもの 副菜(汁物など)

主に体の調子を整える野菜をたっぷり使った具だく
さんの汁物です。

ぎゅうにゅう 牛乳

成長発育に必要な
栄養素がバランスよく含
まれています。

デザート

行事や季節に合わせた
デザートです。

●毎月8(歯)のつく日は、「かみかみ献立」です。噛むことを意識し、よく噛んで食べられる食材を多く使った献立を実施します。

●毎月25日前後は「イチオシ若桜メシ」と題して、若桜町産のイチオシ食材を使用した給食を実施します。裏面の食材紹介もぜひご覧ください。

●地産地消食材、日本の伝統的な行事食や郷土食などを取り入れ、季節感のある献立づくりをしています。

●できるだけ手作りの料理で、おいしい給食づくりに取り組んでいます。



とっとりけん がっこうきゅうしょく
鳥取県学校給食キャラクター「なしっち」