

食育だより

2025年度

4月号

若桜町立学校給食センター

令和7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。



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

若桜町産のお米を炊いたご飯を基本とし、月1回程度パンの日もあります。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)

みそ汁やスープなどの汁物は、主に体の調子を整える野菜をたっぷり使い、具だくさんにしています。

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。イチオシ若桜メシの食材を紹介するおたよりも、ぜひご覧ください。

●旬の地産地消食材、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」