



給食だより

令和5年10月31日
高岡市立牧野中学校

木の葉が美しく色づき始め、秋の深まりを感じます。これからの季節は、朝夕冷え込むため、体調を崩しやすくなります。感染症にかからないよう、栄養バランスよく食べ、体に抵抗力を付けましょう。

11月は富山県食育推進月間です！

富山県では、6月と11月を食育推進月間としています。これは、学校給食に地元でとれた農産物や県内で作られた食材を積極的に取り入れること（地産地消）で、家庭・地域・市町村との連携をより深め、心身ともに健康な児童・生徒を育成することを目的に行われるものです。

地産地消とは

④域で生④されたものを④域で④費すること

新鮮…輸送する時間が短いので新鮮な食材が手に入ります。

旬…旬の野菜は栄養価が高く、香りやうまみも豊富です。

安全・安心…身近でつくられているので生産者が分かり、安心して食べられます。

環境にやさしい…輸送にかかるエネルギーが少なく、環境への負担が減らせます。

自給率アップ…地域の食料自給率の向上につながり、地域が活性化します。

地場産物を
食べよう



11月の学校給食には、新鮮でおいしい地場産物を使ったメニューがたくさんあります。

2日（木）学校給食たかおかの日 国吉りんごパン、高岡昆布コロッケ、グリーンラーメン 他

10日（金）学校給食とやまの日 ふくらぎの柚子味噌かけ、お酢合い、里芋のそぼろ煮 他

22日（水）学校給食たかおかの日 ふくらぎのみりん焼き、かぶの色とり、高岡の煮しめ 他

24日（金）6市連携地場産品献立・学校給食とやまの日『呉西（ゴーセイ）な日』

富山県の呉西地区・6市（氷見市、高岡市、射水市、小矢部市、砺波市、南砺市）でとれた食材を特別に組み合わせ、呉西（ゴーセイ）な給食を実施します。

ハトムギ（小矢部を中心とした地域産）入りしそごはん

ゴーセイなメンチカツ（高岡・小矢部産牛肉、氷見・砺波・南砺産豚肉、射水・砺波・南砺産玉ねぎ）

枝豆サラダ、氷見うどん汁（氷見産うどん）、

6市ミックスゼリー（射水産なし果汁、高岡・砺波・小矢部産りんご果汁、氷見・南砺産りんご果肉）



給食に込めている思い

給食は、成長期の皆さんの発達のために、栄養バランスのよい豊かな食事となるように献立を考えています。地場産物を積極的に活用し、地域の郷土食や行事食を出すことで、この地域の文化や伝統について学んでほしいと願っています。

また、食事の際には、いただく命や関わっている多くの人、食べることができることへの感謝を忘れずに、食事の挨拶をしましょう。