

# きゅうしょくだより

令和7年 11月 26日

川崎市立平間小学校

第8号

日に日に気温が下がり、いよいよ冬本番の寒さをむかえようとしています。風邪をひかない体をつくれるよう、食事からたくさんの栄養をとり、元気に冬を過ごせると良いですね。

さて、12月以降の給食で、「かながわ産品学校給食デー」という神奈川県産の食材を多く使用する献立の日があります。学校給食においても、地域の食材を取り入れ、地産地消の理解を深められるよう、子どもたちへの食育を推進しています。5年生の社会科の学習でも授業を行いました。

そこで、今回のきゅうしょくだよりでは「地産地消」について紹介したいと思います。

ち さん ち しょう

## 「地産地消」ってなんだろう？

ち さん ち しょう      ち い き   せい さん      ち い き   しょう ひ  
「地産地消」とは・・・地域で生産したものを地域で消費すること

ち さん ち しょう      よ

### ❁地産地消の良いところ❁

- ①本来の「旬」の食べ物を新鮮なうちに食べられる。
- ②生産者と消費者の距離が近く、安全な食材を確保することができる。
- ③より身近に、実感を持って地域の自然や食文化への理解を深めることができる。
- ④地場産物の生産者や生産過程を理解することで、食べ物への感謝の気持ちを抱ける。
- ⑤農水産物の輸送にかかるエネルギーを削減でき、環境保護につながる。

#### 川崎市の地場産物 「かわさきそだち」

「かわさきそだち」は川崎市内で生産される安全で新鮮な農産物をより多くの方に知らせるためにつくられた名称で、図のようなシンボルマークもあります。

給食では、ほうれん草など「かわさきそだち」のものを使用することがあります。ぜひ、

地域で販売されているものの中から探してみてくださいね！



#### 神奈川県の地場産物 「かながわブランド」

「かながわブランド」は神奈川県内で生産される安全な農水産物・加工品で、登録を許可されたものだけにつけられる名称で、図のようなシンボルマークもあります。

給食では、お米など「かながわブランド」のものを使用することがあります。



# 今年度2回目の自校献立実施日 12月19日(金)

- ☆ごはん(通常の半量)
- ☆韓国風 味付けのり
- ☆手作りジャンボ揚げぎょうざ
- ☆みそラーメン
- ☆はっこう乳

今年度2回目の自校献立は、「手作りジャンボ揚げぎょうざ」です。豚ひき肉、キャベツ、にら、しょうが、にんにくを調味料(しょうゆ、酒、粗塩、こしょう、砂糖、ごま油、片栗粉)と一緒にこねてタネを作ります。直径が16cmもある大きな皮で一つひとつ丁寧に包んで油で揚げます。

みそラーメンは、野菜をいろいろよく入れ、赤みそ・にんにく・ごま油・一味唐辛子などを練り合わせ、スープを手作りします。

ラーメンがあるため、ごはんは通常の半量となります。ごま油と塩で味付けされた千葉県産ののりをつけます。

飲み物は、季節に合ったデザインの特別パッケージのはっこう乳です。お楽しみに！

19日(金)	ごはん 韓国風味付けのり(1/8切 5枚)	みそラーメン	ジャンボ揚げぎょうざ	はっこう乳
●ごはん(通常の半量)				
精白米	40			
●韓国風味付けのり				
韓国風味付けのり	2.2			
●みそラーメン				
ごま油 400g	0.5			
とり肉(皮つき)	15			
とり肉(皮なし)	15			
たまねぎ	20			
にんじん	10			
水	150			
粗塩	0.2			
こしょう 400g	0.02			
中華スープの素	4			
しょうゆ	1			
もやし	20			
ホールコーン(冷凍)	15			
赤みそ	9			
にんにく	0.16			
ごま油	0.5			
一味唐辛子	0.007			
中華めん(冷凍)	40			
ほうれん草(冷凍)	5			
●ジャンボ揚げぎょうざ				
油(揚げ物)	3.8			
豚ひき肉(もも)	33			
にんにく	0.7			
エネルギー	603 kcal			
		たんぱく質	28.2	g

※**乳**・**小麦** は

アレルギーの原因物質の表示です。

## 12月の給食について

\*12月19日(金)は自校献立日で、平間小学校独自の献立に変更となります。(↑参照)

### ■ 17日(水) 新献立「のり酢あえ」

ゆでたにんじん、もやし、キャベツと、酢・砂糖・粗塩・しょうゆ・きざみのりを和える献立です。

### ■ 季節の食品

ほうれん草 / 小松菜 / 大根 / 白菜 / キャベツ / 長ねぎ / ごぼう / 里芋 / チンゲン菜 / にんじん / さば / ぶり / のり / みかん / りんご