



「親子料理教室」

あま市では、夏休みに「親子料理教室」を行います。
楽しく作って、おいしく食べて、みんなで食育しませんか？



親子で一緒に
料理をしよう！

- ◆ 開催日 令和5年8月1日（火）
令和5年8月2日（水）
- ◆ 場 所 あま市学校給食センター 大会議室
- ◆ 時 間 受付開始：午前9時45分～
料理教室：午前10時～午後1時30分
- ◆ 対 象 市内在住の小学3年生～6年生の児童とその保護者
※各回5組10名様までとなります。
- ◆ 講 師 あま市栄養教諭
- ◆ 参加費 1組 400円（当日集金しますのでおつりのないようお願いし
ます）
- ◆ 持ち物 エプロン 三角巾 ふきん（2枚） お茶 マスク
- ◆ 予定献立 手作りナン、夏野菜たっぷりキーマカレー
フルーツのヨーグルト和え（各料理2人分を作ります）

※申込多数の場合は抽選を行います。

当選者には、7月20日（木）までに電話にて連絡を差し上げます。

※きょうだいで参加される場合は、きょうだいのお名前もご記入ください。

問い合わせ先：あま市学校給食センター TEL（052）441-7666

主催 あま市学校給食センター

----- ✕ き り と り -----

親子料理教室 参加申込書

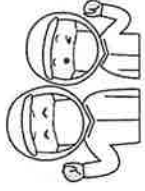
希望日・・・どちらかの（ ）に○をつけてください。

（ ） 8月1日（火）		（ ） 8月2日（水）	
（ふりがな） お子さんのお名前		（ふりがな） 保護者のお名前	
学校名・学年	小学校		年生
ご住所	〒		
電話番号			
（ふりがな） きょうだいで参加の お子さんのお名前		学年	年生
特記事項 （食物アレルギー等）			

<質問の続き>

調理員さんの服装で気を付けていることはありますか？

白衣・帽子・マスクを身につけます。髪の毛やごみを粘着テープで取り、その後エアシャワーを浴びてみんなの給食に異物が入らないようにしています。



給食を作るための機械はどれくらいありますか？

にんじんやじゃがいもの皮をむく機械が4台、野菜を切る機械が10台、大きな釜は27釜、大きな冷蔵庫・冷凍庫は8つあります。冷蔵庫・冷凍庫は、1クラス分の子どもが入れるくらい大きさがあります。

作る時にどんな工夫をしていますか？

食中毒を起こさないように、しっかり温度を上げて菌をやっつけています。針のような温度計を使って、食べ物の温度をはかります。

あま市の献立を決める人は何人ですか？

今年度は、3人で順番に献立の原案を考えています。

1年に出る残さいの量はどれくらいですか？

昨年度のあま市の小中学校17校の残さいの合計は約26.2tありました。車約18台分くらいの重さです。(車を1.5tとした場合)

あま市学校給食センターの見学については、右記のQRコードから詳細を確認することができます。申し込み人数が40名以上となる場合は、ご相談ください。コロナの状況によってAグループとBグループに分けて見学していただくこともあります。



食品ロスについて

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨ててしまう食品をいいます。日本では毎年多くの食品ロスが発生しています。また、2015年9月の国際連合で、2030年までに世界全体の一人当たりの食料の廃棄を半減させるなどの目標が設定され、世界的にも関心もたれています。

小学校低学年より中学年、小学校より中学校と、発達段階に応じて児童生徒が必要とする米量が増えていくため、学校給食でも、主食やおかずの量が学年に応じて増えていきます。学校給食で食品ロスを減らすためには、一人ひとりの心掛けで残さず食べることが大切です。今年度も給食を残さず食べるよう子どもたちへの声掛けをよろしくお願いいたします。

あま市学校給食センターでは、毎日の給食の残量を記録しています。献立検討会で毎月の各校の残さいグラフを給食主任へお渡ししていますので必要に応じてご活用ください。



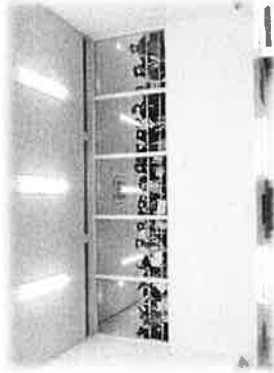
教職員用

食育メッセージ

令和4年7月発行 あま市学校給食センター

給食センターへ子どもたちが見学しに来ました！

あま市学校給食センターでは、場内の見学を受け付けています。今年度4月～6月の期間に、保育園と小学校で合わせて10施設の子どもたちが見学しに来ました。毎日食べている給食が、大きな釜で作られていることに驚いていました。



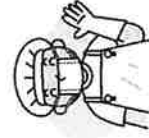
見学時の子どもたちの質問を紹介します！

給食センターでは、何人の人が働いていますか？

80～90人の人が働いています。その中で給食を作っている人は、50人くらいです。

お仕事は、何時から何時までですか？

7：30～16：30です。給食を作るだけではなく、食べ終わった食器や食缶を洗う仕事もあります。



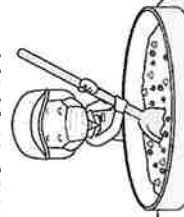
給食を毎日作るのには飽きませんか？

また、大変だと思ったことはありませんか？

飽きないですが、どうしてもみんなが残さず食べてくれるのかを考えるのは少し大変です。

給食の中で作るのが難しいメニューは何ですか？

かぼちゃの煮物やれんこんチップスです。かぼちゃの煮物は脂れないように作るのが難しいです。れんこんチップスは、油の温度の調整が難しいです。温度が低いとパリパリに仕上がりますが、逆に高いと焦げてしまっておいしくなくなるので難しいです。



<裏面に続く>

きゅうしよくだより

令和5年 4月号
あま市学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます

あま市学校給食センターでは小学校1・2校、中学校5校、保育園9園の約9500食の給食を作っています。あま市の栄養教諭は、みなさんが毎日元気に過ごせるよう栄養バランスのよい献立を考えていきます。また、給食センターでは、たくさんの調理員さんか大きな調理機器を使って、一生懸命給食を作っています。安全安心でおいしい給食を届けますので、今年度も学校給食をよろしくお願ひします。

給食の準備をきちんとしよう！

新しい学年での給食がスタートします。きちんと準備ができると、衛生的なだけでなく、気持ちよく給食を食べることができます。正しい準備の仕方を確認してみよう！

4時間目が終わったら準備スタート！

食器やトレイは優しくそっと扱ひましょう。

机の上や圍りをきれいにしまひましょう。

せっけんを使っ て、きれいに手を洗ひましょう。

汁物はよくかき混ぜて配りましよう。ご飯やおかずは、最初に全部分け分けを減らすポイントです。

よくかんで、味わって食べましよう。

「いただきます」をするまで静かに待ちましよう。

給食レシピ

けいちゃん (岐阜県の郷土料理)

保護者の方へ

材料(4人分)

- 鶏もも肉.....1枚(200g)
- おろししょうが.....2cm
- キャベツ.....1/4玉
- 玉ねぎ.....1/2玉
- にんじん.....1/2本
- ごま油.....小さじ1
- 豆みそ.....大さじ2
- 砂糖.....大さじ2
- 酒.....大さじ2
- しょうゆ.....小さじ2
- 豆板醤.....適量
- 塩・こしょう.....少々

作の方

- 鶏肉は一口大に切り、おろししょうがとAを合わせ、漬け込んでおく。(30分以上)
- キャベツはざく切り、玉ねぎはくし切り、にんじんは3mm程度のいちよう切りにする。
- 鍋にごま油をひき、①を炒める。
- 鶏肉に火が通ったら②を入れ炒める。
- 野菜がしんなりしてきたら、塩、こしょうで味を調べて完成。



あま市 毎月の取組

献立表やおたより、給食放送で紹介していきます。

食育の日

「食育の日」である19日毎月に、毎月月のテーマに合わせた和食の献立が出ます。4月は「春を敬ぶる献立」です。

かみかみの日

かむことを意識してもらうために毎月1種類、かみごたえのある食料を紹介していきます。4月は「ごぼう」です。

全国郷土料理の日

日本各地の郷土料理や地産産物を知ってもらうため、毎月献立に取り入れていきます。4月は「岐阜卓」です。

食べよう愛知の野菜

毎月2種類の愛知県産野菜を使い、地産地消をすすめています。4月は「キャベツ」と「小松菜」です。

たべものクイズ

香になると「菜の花」と同じ黄色い花を咲かせる野菜は次の3つのうちのどれでしょう。

- ① にんじん
- ② キャベツ
- ③ だいこん

ハム4枚②:ネココ



朝ごはんは一日のスタートを!

朝食を毎日食べるとこんないいことがあります!

- 朝食を毎日食べる人は、そうでない人と比較して…
- ① 学習時間が長い (対象者:小学生~高校生)
- ② 体力測定の結果がよい (対象者:小学生~成人)
- ③ 家族や友人について「大切だ」「一緒にいて楽しい」などと肯定する気持ちが強い (対象者:小・中学生)
- ④ 睡眠の質がよい人が多く、不眠傾向の人が少ない (対象者:幼児~成人)

朝



参考: 農林水産省「食育」ってどんなこと? ~エビデンス (根拠) に基づいて分かったこと~総合版
<http://www.naif.go.jp/isyokuku/evidence/index.html>

保護者向け

令和4年7月発行
あま市学校給食センター

食育だより

おうち時間に「食育」を!

新型コロナウイルス感染症の拡大により、多くの人の生活様式が変わりました。食生活の面でも、自宅で食事を作ったり、食べたりする機会がそれぞれ26.5%、35.5%増えているというデータもあります。おうち時間が増えている今、家庭での食育のポイントをお伝えします。

〔令和2年12月に農林水産省が行った「食育に関する意識調査」より〕

【あなたご自身の現在の食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前に比べて変わりましたか。】

☆自宅で料理を作る回数が増えた → 26.5%

☆自宅で食事を食べる回数が増えた → 35.5%

新しい生活様式での共食

(※共食:誰かと一緒に食事をする)

共食をすることでこんないいことがあります!

- ① 朝の疲労感や体の不調がなく健康に関する自己評価が高い (対象者:小学生)
- ② 心の健康状態がよい (対象者:中学生)
- ③ 主食・主菜・副菜をそろえてバランスよく食べている (対象者:乳幼児~小学生)
- ④ 多様な食品を食べている (対象者:中学生と高齢者)



参考: 農林水産省「食育」ってどんなこと? ~エビデンス (根拠) に基づいて分かったこと~総合版
<http://www.naif.go.jp/isyokuku/evidence/index.html>

コロナ禍では共食が難しくなっていますが、黙食であっても家族と一緒に食事をすることにメリットがあります。

Point ①

楽しく、おいしく食べる姿を見せる信頼している家族が楽しく食べている姿を見ると、子どもは安心しますし、その料理に対する好感度が上がります。その料理に使用する食材を克服するきっかけになることもあります。



Point ②

料理は各々の皿に盛りつける感染症対策になるだけでなく、自分の食べる量が視覚的に分かりやすくなります。量の調整は食べる前に行いましょう。完食の達成感を感じられるようにし、残さず食べることの大切さを伝えましょう。



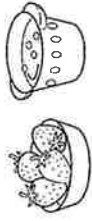
Point ③

共食できなくても料理の話を一緒に食べられない場合も、同じ料理を食べて、「今日の〇〇おいしかったね。」と話題にするだけでも、食育になります。スーパーに行った時のこと、作った時のことなどお子さんと料理の話をしてみてください。



Point ①

まずは、食べる習慣をつける食べない、または、食べない日がある場合、まずは、何か食べる習慣をつけることが大切です。飲み物やスーブ、果物など食べやすいものから、食べる習慣をつけましょう。



Point ②

主食をしっかりと食べる 午前中しっかりと勉強&運動したために、朝ごはんが一番大切なのは主食です。菓子パンは、糖質や脂質の取りすぎになります。ご飯、パン、麺などの主食をしっかりととりましょう。

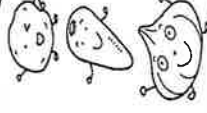


Point ③

パターン化&便利な食材の活用 作りやすいメニューをパターン化するのもひとつの方法です。夕飯の残りや冷凍食材を活用し、ミニトマト、チーズ、果物、牛乳などを常備しておく役立ちます。



食育は、体と心の成長に大きく関わります。一緒に料理をしたり、農業体験をしたりする積極的な食育はもちろん、会話や食事など日常の中で食を楽しんだり、伝えたりする、日々積み重ねていく食育も大切です。おうち時間が増えている今、食育も生活に取り入れ、家族みんなで「食」を楽しみ、しっかり食べることで、心も体も健康に過ごせるといいですね。



日ごろの子どもの給食時の様子や学校給食に対するご意見やご感想などお聞かせください。

※ この用紙をお子さん経由で担任の先生にお渡しください。

※ この用紙を受け取ったら給食主任へ渡し給食センターまで送付してください。



令和4年7月



5月献立表



日付	曜日	献立名	おもにち・にく・ほねになるもの (あかいろ)		おもにからだのちようしを とどのえるもの(みどりいろ)		おもにはたらくちからに なるもの(きいろ)		備考
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1	月	ごはん 牛乳 おろしハンバーグ こうやどうふのもの あおなえ	ハンバーグ(とりにく ぶたにく) こうやどうふ とりにく はんぺん	牛乳	にんじん だいこんのは	ハンバーグ(たまねぎ) だいこん たまねぎ グリンピース	ごはん かたくりこ さとう じゃがいも さとう		
2	火	ごはん 牛乳 かつおフライ ゆうきにんじんのさんびらごぼう わかだけじる ちまき	かつおフライ(かつお) ぶたにく どうふ かまぼこ	牛乳 わかめ	ゆうきにんじん にんじん	ごぼう えだまめ だけのこと	ごはん さとう ちまき	あぶら ごまあぶら	「有機にんじん」 を使っていきます。
8	月	ごはん 牛乳 とりにくのてりやき たくあんあえ たまねぎのみそしる プリン	とりにく ぶたにく みそ	牛乳 	にんじん みつぼ	もやし きゅうり たくあん たまねぎ ごぼう	ごはん さとう かたくりこ		かみかみの日 「たくあん」
9	火	ごはん 牛乳 あげえびしゅうまい はっぼうさい ちゅうかさラダ	えびしゅうまい(えび さかなすりみ) ぶたにく いか チキンハム(とりにく)	牛乳	にんじん チンゲンサイ	あげえびしゅうまい(たまねぎ) だけのこと たまねぎ はくさい しいたけ	ごはん あぶら	あぶら	
10	水	ごはん 牛乳 ピラフ(ごはん) 牛乳 しろみざかなのオーロラソースやき アルファベットスープ	ウィンナー(ぶたにく) しろみざかな(メルルーサ) とりにく	牛乳	にんじん	マッシュルーム とうもろこし えだまめ たまねぎ セロリ にんにく	ごはん あぶら	あぶら	
11	木	ごはん 牛乳 キャベツいりメンチカツ しそあえ 心のすましじる	メンチカツ(ぎゅうにく ぶたにく) かまぼこ どうふ	牛乳	ごまつな しそ にんじん みつぼ	メンチカツ(キャベツ たまねぎ) きゅうり たまねぎ	ごはん あぶら	あぶら	5月の 愛知の野菜 「たまねぎ」 「ねぎ」
12	金	さんさいうどん(しらたまうどん) 牛乳 はながたはんぺん いそかあえ	とりにく はんぺん(さかなすりみ)	牛乳	にんじん ほうれんそう チンゲンサイ	たまねぎ しいたけ さんさい(みず やまぶき わらび) はんぺん(たまねぎ とうもろこし) もやし	ごはん さとう	あぶら	
15	月	ごはん 牛乳 にくだんご しんじゃがのにももの ツナのあえもの	にくだんご(とりにく) とりにく あつあげ ツナ	牛乳	にんじん たまねぎ	にくだんご(たまねぎ) たまねぎ グリンピース こんにゃく キャベツ きゅうり	ごはん さとう	あぶら	
16	火	ごはん 牛乳 ホキのあますあえ ごもくまめ ぐだくさんじる	ホキ だいず ちくわ とりにく	牛乳 こんぶ	さやいんげん にんじん	ごはん さとう さとう	あぶら		
17	水	ごはん 牛乳 だけのごはん(ごはん) 牛乳 あつやきたまご とうふのみそしる	とりにく あぶらあげ あつやきたまご(たまご) とうふ みそ	牛乳	にんじん	だけのこと だいこん たまねぎ えのきたけ	ごはん さとう	あぶら	
18	木	こがたロールパン 牛乳 えびカツ やきそば フルーツあえ	えびカツ(えび さかなすりみ) ぶたにく ちくわ かつおぶし フルーツあえ	牛乳	にんじん	えびカツ(たまねぎ) キャベツ しょうが(中学校のみ) パイナップル もも みかん レモン	ごはん あぶら	あぶら	毎月19日 食育の日
19	金	ごはん 牛乳 ピピンパ(にくいため) ピピンパ(きりほしだいこんのナムル) あつあげのちゅうかさスープ いちごヨーグルト	ぶたにく みそ とりにく あつあげ	牛乳	ほうれんそう にんじん ごまつな	にんにく しょうが きりほしだいこん たまねぎ とうもろこし	ごはん さとう さとう	あぶら ごまあぶら	食育の日 「カルシウム強化献立」
22	月	ごはん 牛乳 さばのうめふうみやき キャベツといんげんのあえもの さわにわん	さばのうめふうみやき(さば) ぶたにく	牛乳	さやいんげん にんじん	さばのうめふうみやき(うめ) キャベツ だいこん だけのこと ねぎ	ごはん さとう	あぶら	
23	火	チキンカレーライス(むぎごはん) 牛乳 フランクフルト カラフルサラダ	とりにく みそ フランクフルト(ぶたにく)	牛乳	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり	ごはん さとう	あぶら	
24	水	ひじきごはん(ごはん) 牛乳 だいずとさつまいものあまからあげ よしのじる	ぶたにく あぶらあげ だいず とりにく とうふ	牛乳	にんじん みつぼ	えだまめ たまねぎ しめじ	ごはん さとう	あぶら	
25	木	ごはん 牛乳 いかのあまからやき ちくぜんに はくさいのごまあえ	いか とりにく あつあげ	牛乳	にんじん さやいんげん チンゲンサイ	しょうが ごぼう だけのこと こんにゃく はくさい	ごはん さとう さとう	あぶら ごま	
26	金	しょうゆラーメン(ちゅうかめん) 牛乳 はるまき ささみサラダ	ぶたにく なんと はるまき(ぶたにく) とりにく	牛乳	にんじん はるまき(にんじん)	もやし ねぎ はるまき(キャベツ もやし) きゅうり たまねぎ	ごはん さとう	あぶら	
29	月	わかめごはん(ごはん) 牛乳 きびなごのからあげ うましおキャベツ ちゃんこじる	牛乳 わかめ きびなご(からあげ) チキンボール(とりにく)	牛乳	にんじん みつぼ	キャベツ たまねぎ もやし チキンボール(たまねぎ)	ごはん さとう	あぶら ごまあぶら	
30	火	やきとくどん(ごはん) 牛乳 えだまめとだいこんのあえもの いもにじる さくらんぼゼリー	ぎゅうにく ぶたにく とうふ あぶらあげ	牛乳	ほうれんそう にんじん	たまねぎ しょうが にんにく りんご だいこん えだまめ こんにゃく しめじ ねぎ	ごはん さとう さとう	あぶら	全国郷土料理の日 「山形県」
31	水	あいちのごめこパン 牛乳 チキンナゲット コーンクリームスープ ごぼうサラダ	チキンナゲット(とりにく) ベーコン(ぶたにく) とうもろこし ツナ	牛乳	にんじん パセリ みずな	たまねぎ とうもろこし ごぼう	ごめんこパン あぶら	あぶら	

毎月19日は食育の日 “お家でごはんの日”

※物質購入の都合により、献立及び食材を変更することがあります。
※1食あたりの保護者負担額は、小学校280円、中学校310円です。

日	曜	時間帯	中期 (7~8ヶ月)	後期 (9~11ヶ月)	完了期 (1~1歳2ヶ月)	日	曜	時間帯	中期 (7~8ヶ月)	後期 (9~11ヶ月)	完了期 (1~1歳2ヶ月)
1	月	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	19	金	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	おろしハンバーグ風	おろしハンバーグ風			五分がゆ	七分がゆ	七十分がゆ	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	豆腐と野菜のスープ	豆腐と野菜のスープ	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
2	火	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	22	月	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	白身魚のあんかけ	白身魚のあんかけ			五分がゆ	豆腐と野菜のスープ	豆腐と野菜のスープ	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
8	月	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	23	火	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	鶏の照り煮風	鶏の照り煮風			五分がゆ	しらすとキャベツの煮物	しらすとキャベツの煮物	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
9	火	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	24	水	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	八宝菜風	八宝菜風			五分がゆ	豚とさつまいもの甘煮	豚とさつまいもの甘煮	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
10	水	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	25	木	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	白身魚のトマト煮	白身魚のトマト煮			五分がゆ	白身魚と白菜のみそ煮	白身魚と白菜のみそ煮	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
11	木	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	26	金	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	小松菜とひき肉の煮物	小松菜とひき肉の煮物			五分がゆ	ささみと玉ねぎの煮物	ささみと玉ねぎの煮物	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
12	金	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	29	月	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	チンゲンサイと豆腐の味噌煮	チンゲンサイと豆腐の味噌煮			五分がゆ	ツナとチンゲンサイのうま煮	ツナとチンゲンサイのうま煮	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
15	月	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	30	火	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	豆腐とキャベツのうま煮	豆腐とキャベツのうま煮			五分がゆ	焼肉丼風	焼肉丼風	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
16	火	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	31	水	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	牛キの甘煮風	牛キの甘煮風			五分がゆ	チキンナゲット風	チキンナゲット風	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
17	水	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いやしせんべい	18	木	10時台	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		昼食	五分がゆ	まぜごはん風	まぜごはん風			五分がゆ	ちくわとキャベツの味噌煮	ちくわとキャベツの味噌煮	
		14時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	
		10時台	赤ちゃんせんべい	おろしの煮物	おろしの煮物			赤ちゃんせんべい	むらさきせんべい	むらさきせんべい	



※ 献立について詳しくお知りになりたい方は、保育園までお問い合わせ下さい。
 ※ 清潔等、使用予定地をあま市公式ウェブサイトに掲載していただきます。
 ※ 物販の購入の都合により、献立並びに食材を変更することがあります。



給食ししぴ

芋煮汁 (山形県の郷土料理)

材料 (4人分)

- 豚肉……………80g
- 豆腐……………1/4丁
- 里芋……………2個
- 板こんにゃく……………1/6枚
- にんじん……………1/3本
- しめじ……………1/3パック
- ねぎ……………1/3本
- 油揚げ……………1/3枚
- 酒……………大さじ1/3
- しょうゆ……………大さじ1と2/3
- 砂糖……………小さじ1
- だし汁……………3カップ

作り方

- ① 豆腐は1cm角切り、里芋は皮をむいて一口大、板こんにゃくは5mm幅の細切り、にんじんは5mm幅のいちよう切り、しめじはほぐし、ねぎは小口切り、油揚げは5mm幅で切っておく。
- ② 豚肉は一口大に切る。
- ③ 板こんにゃくは下ゆで、油揚げは油抜きしておく。
- ④ 鍋に豚肉、里芋、こんにゃく、にんじん、油揚げ、だし汁を入れて煮る。
- ⑤ にんじんが軟らかくなったら、豆腐としめじ、ねぎ、Aを入れてひと煮たちさせる。

芋煮では牛肉を使用するので、豚肉を牛肉に変えてもおいしいです。

くいず

つちのしたで、あかいかがおをしている
やさいってなーんだ？

こたえはみぎしたをみてね！



5月の「しゅん」のやさい・くだもの



グリーンピース アスパラガス 高原タス キウイ マンゴー

やんやん：まろ

給食だより

あま市学校給食センター

令和5年 5月号

給食では「地産地消」を推進しています！

「地産地消」という言葉をご存じですか？地域で生産された農林水産物（地場産物）を地域で消費する取り組みのことで、食料自給率の向上をはじめ、地域活性化や、環境保護への貢献など、さまざまな効果が期待できます。給食では地場産物の活用を通し、子どもたちへ地域の食文化や産業について伝えていこうと、生産者や食べ物への感謝の気持ちを育てていきたいと考えています。



新鮮な旬の食材が食べられる



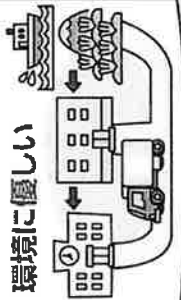
生産者の顔が見えるので安心感がある



食べ物を大切にすることが育つ



輸送距離が短くなり、環境に優しい



地域経済の活性化につながる



5月29日(月)

全国郷土料理の日「山形県」

『焼肉丼』

日本には多くの銘柄牛があります。山形県では、米沢牛・山形牛・尾花沢牛などが有名です。給食では、国産牛を使った焼肉丼を出します。

『芋煮汁』

山形県では、「芋煮」という郷土料理があります。河原で家族や友人と作ったり、運動会や地域行事の後に野外で炊き出しをするときに作られたりします。



アレルギー使用材料配合表

別紙 9

2023年05月01日月曜				
献立名	材料名	品番	単位	保可
ごはん	白飯 50g 保	2203	食	
牛乳 保	牛乳 1ℓ 保	2232	本	103
おろしハンバ ーグ	ハンバーグ 50g バ 期	1323	個	50
	冷凍大根おろし	1229	kg	10
	しょうゆ	1290	kg	1.8
	本みりん	1287	kg	1
	上白糖	1219	kg	1
	かたくり粉	1216	kg	0.3
	水		kg	1.5
高野豆腐の煮 物	高野豆腐 サイコ	1222	kg	4
	鶏肉むね 皮無 1cm 角 保		kg	18
	はんぺん	1104	kg	8
	じゃがいも 芽と り		kg	24
	にんじん		kg	12
	たまねぎ 愛		kg	36
	冷グリーンピース	1225	kg	5
	和風だしの素	1019	kg	0.8
	上白糖	1219	kg	1.8
	本みりん	1287	kg	0.8
	しょうゆ	1290	kg	3.5
	水		kg	16
青菜和え	はくさい		kg	24
	きゅうり		kg	12
	菜めしの素 250g 袋	1228	袋	0.6
	薄口しょうゆ	1292	kg	0.24
未) 一口みか んゼリー	みかんゼリー	1279	個	20
おやつ	プリッツ	815	個	20
乳 おやつ	むらさき芋せんべ い	809	個	

原表示	原材料名	(添加物名)
プリッツ<おやつ>	小麦粉、植物油、ショートニン グ、砂糖、でん粉、乾燥ホテト、野菜ペース ト・ブイヨン混合品、イースト、小麦たんぱ く、食塩、酒かす、コンソメペースト、香 味油、こしょう調味料(無塩等)、加工デ ンブ、乳化剤、香料、酸味料、(一部に乳成 分・小麦を含む)	調味料(無塩等)、加工デンプン、 乳化剤、香料、酸味料

原料からのアレルゲン物質		【O アレルゲン表示有り】						
原表示	卵	乳	小麦	そば	ピーナツ	えび	かに	あわび
		O	O					
	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも

いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ
りんご	ゼラチン	バナナ	魚介類	カシュー ナッツ	ごま アーモン ド

ラインコンタミによるアレルゲン物質		【O アレルゲン表示有り】					
原表示	卵	乳	小麦	そば	ピーナツ	えび	かに
プリッツ<おやつ>	O						







815

原材料名	コンタミ(同一ライン使用) 小麦・えび・大豆・山芋・ごま
うるち米	使用アレルゲン なし
てんさい糖	
さつまいも	
塩	

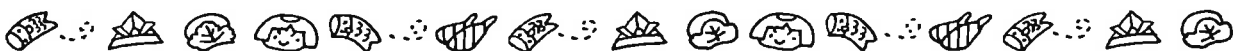
809

こんだてひょう



ぎゅうにゅうは、まいにちつきます。      

<p>1 ごはん おろしはんぱーぐ こうどうふの にも あおなあえ</p>	<p>2 ごはん さかながたふらい ゆうきにんじんの きんぴらごぼう わかたけじる こいのぼりぜりー</p>	<p>6 さけおにぎり よ)うめおにぎり おれんじぜりー </p>	<p>8 ごはん とりにくのてりやき たくあんあえ たまねぎのみそしる</p>	<p>9 ごはん あげえびしゅうまい ちゅうかさらだ はっぼうさい</p>
<p>10 ぴらふ しろみざかなの おーろらそーすやき あるふあべつと すーぷ ぷりん</p>	<p>11 ごはん きやべついいり めんちかつ しそあえ ふのすましじる おかかふりかけ</p>	<p>12 ごもくうどん はながたはんぺん いそかあえ  </p>	<p>13 こんぶおにぎり よ)つなまよおにぎり ぶどうぜりー</p>	<p>15 ごはん にくだんご つなのあえもの しんじゃがのにももの</p>
<p>16 ごはん ほきのあまずあえ ごもくにまめ ぐたくさんじる</p>	<p>17 たけのこごはん ごもくあつやき たまご とうふのみそしる</p>	<p>18 ほつとどつぐぱん やきそば ころっけ ふる一つあえ</p>	<p>19 ごはん びびんば(にく) (きりほしだいこんなむる) あつあげの ちゅうかすーぷ じょあ(ぷれーん)</p>	<p>20 おかかおにぎり よ)さけおにぎり りんごぜりー </p>
<p>22 ごはん さばのうめふうみ やき きやべつといんげん のあえもの さわにわん</p>	<p>23 ちきんかれーらいす ふらんくふると からふるさらだ </p>	<p>24 ひじきごはん だいずとさつまいも のあまからあげ よしのじる</p>	<p>25 ごはん あかうおの こうじやき はくさいのごまあえ ちくぜんに いちごよーぐると</p>	<p>26 しょうゆらーめん はるまき ささみさらだ</p>
<p>27 こんぶおにぎり よ)ごもくおにぎり ぷりん</p>	<p>29 ごはん かつおふらい うましおきやべつ ちゃんこじる のりふりかけ</p>	<p>30 やきにくどん えだまめとだいこん のあえもの いもにじる</p>	<p>31 でにつしゅぱん ちきんなげつと ごぼうさらだ こーんくりーむ すーぷ</p>	



	商号又は名称	所在地	輸送能力 (台)			取扱品目									
			冷凍車	保冷車	輸送車	食肉及びその加工品	果皮むき等	青果物	魚介類及びその加工品	缶詰	乾物類	調味料・油脂類	加工品その他		
1	(株)愛知ハム販売	小牧市		4		○									○
2	(株)肉のヤマト	西春日井郡豊山町	2	9	3	○									
3	(公財)愛知県学校給食会	豊明市	配送委託			○	○		○	○	○	○	○	○	○
4	(株)イト商	清須市	16			○	○		○	○	○	○	○	○	○
5	(株)三河屋物産 ロークス本舗事業部	名古屋市港区			6					○	○	○	○	○	○
6	愛知ヨーク(株)	小牧市	59	2	5										○
7	(株)ヤクルト東海 名古屋事業所	一宮市		5	2										○
8	(株)大光	岐阜県大垣市	2	24		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
9	(株)蟹江佐藤牛乳店	蟹江町	12		4	○	○		○	○	○	○	○	○	○
10	(株)名給	名古屋市熱田区	44			○			○	○	○	○	○	○	○
11	(株)食研	小牧市	5		3	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
12	(株)金定	岐阜県羽島郡笠松町	13	1		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
13	(株)クニトモ	岐阜県多治見市	11			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
14	(株)藤忠	岐阜県瑞穂市	13				○	○		○	○				○
15	スーパーズエヒロ	あま市			2			○		○	○	○	○	○	○
16	マルイチ商店	あま市			3		○	○							
17	八金青果(株)	大治町大字八ツ屋字裏畑95番地			5			○							
18	南舟波商店	名古屋市熱田区川並町2番22号			8			○							
19	榊米勇	あま市菟日寺東門前66番地			2										○
17	佐藤醸造(株)	あま市			11									○	
18	海部東農業協同組合	津島市			7			○							
19	(合)鶴見製麺所	津島市			4										○
20	(株)日麺	江南市			6										○
21	(有)庁内売店	あま市		6											○
22	(一社)愛知県学校給食パン米飯協会	名古屋市中区	配送委託												○
23	(株)祥英	稲沢市	2		1										○
24	大仙産業(株)	清須市春日西余部9番地2	11	5		○			○	○	○	○	○	○	○
24	(株)とくら総本店	あま市			2										○
25	(株)カメリヤ	名古屋市守山区	8	1	4										○
26	(株)丸山商店	名古屋市熱田区	22	2	6		○	○		○	○				
	(株)りんねしゃ	津島市立込町2丁目27番地		2	1										○
27	(株)一真	名古屋市熱田区			8			○							
28	(株)りんねしゃ	津島市		2	1			○						○	
29	(有)マルイ蒔蒔	名古屋市守山区	1	1	1										○
30	八金青果(株)	大治町			6			○							
31	サンエッジ(株)	小牧市		1	2			○							
32	(株)ジーケーエス	岐阜県岐阜市	100			○			○	○	○	○	○	○	○