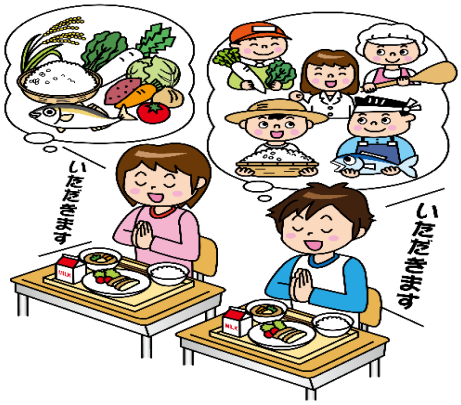
食育だより

与勝調理場　Tel：098-978-3522

令和８年度 11月ハッピーランチ

食育の目標：学校給食に関わる人々について知ろう

11月23日は「勤労感謝の日」



勤労感謝の日は、「勤労を尊び生産を祝い、国民が互いに感謝しあう」ことを目的に定められた国民の祝日。社会を支えるすべての「働くこと・労力」に感謝します。そして、毎日の食事ができることも多くの人々の働きがあってのことです。食べることを「好き・嫌い」で決めるのではなく、なぜ食べるのか、目の前の料理がどのように作られているのかを考えて食べることができるといいですね。

≪学校給食に関わる人々≫



・農家・畜産農家・漁師さん
野菜やお米、肉、魚などの食材を育てたり、とったりする。

・食品を加工する人
食材を加工し食品を作る。



・販売・納入業者さん
調理に必要な材料をそろえ、販売する。





・運送業者さん
食材を給食センターや学校まで運ぶ。



・調理員
安全に美味しくなるよう考えて調理する。

・栄養士
必要な栄養量を考えて献立を立て、材料を注文する。

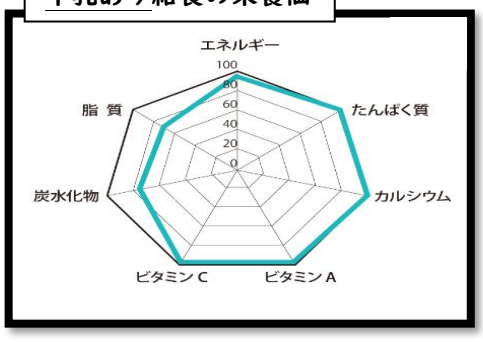


給食の牛乳について考えてみませんか　～牛乳を飲んでいますか？～

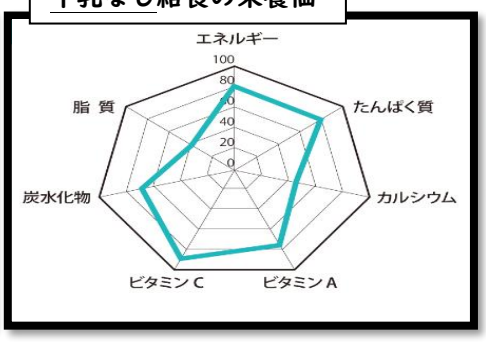


学校給食に毎日牛乳がついているのは、成長期に必要な栄養素を補うためです。しかし、牛乳の残量が多い状況が見られます。　※同じ料理でも、牛乳がないだけで栄養価の差が大きくなります。

牛乳あり給食の栄養価



牛乳なし給食の栄養価







牛乳を残すということは、必要な栄養素が十分に摂れないことにつながるだけでなく、用意された食べ物が生かしきれないことにもつながります。少しずつでも、できることがあるのではないかと思います。ぜひ、ご家庭でも牛乳の大切さや給食を残さず食べることについて、話し合っていただければと思います。

11月の行事食・特別献立

給食時間の放送（給食一口メモ）で紹介します。

2日　ぬちまーす感謝献立
5日　防災献立（市内統一献立）
16日　いい芋の日によせて
19日　食育の日によせて
20日　首里城正殿完成祝い献立
24日　和食の日によせて（市内統一献立）

行事食や特別献立について、家庭でも話題にして、お子さんの学びにつなげていただければと思います。

