



くらよし 食育だより

まいつき にち しょくいく ひ
～毎月19日は食育の日～



倉吉市教育委員会
学校給食センター



いろ お ば ま きせつ れいねん くら にっしゅう あただ ふう あしおと き はじ
色とりどりの落ち葉が舞う季節になりました。例年に比べ日中は温かいです。冬の足音は聞こえ始
めています。くうき かんそう この きせつ かぜ しき しょくじ まえ そと
めいてます。空気が乾燥するこの季節は風邪をひきやすい時期でもあります。食事の前、外から
かえ あと てあら おこな しょくじ ところ しょうぶ からだ
帰った後は手洗いやうがいを行い、バランスのよい食事を心がけ丈夫な体をつくりましょう。



がつ にち きんろうかんしゃ ひ か わしょく ひ しょく
11月は、23日の「勤労感謝の日」、24日の「和食の日」などがあります。「食」にまつわ
るさまざまなことについて、考えるきっかけにしてみませんか。



学校給食

学校給食が作られ、みなさんのところ
に届くまでには、たくさんの人たちが
関わっています。直接感謝の心を伝える
機会がなくても、好き嫌いをなく食べる
ことで感謝の気持ちを伝えていきたい
ですね。

「自然の美を表現」

食事の場で、自然の美しさや四季の移り変わりを表現すること
も大きな特徴です。旬の食材を使い、季節の花をあしらったり
食器にも気を配りながら季節を楽しみます。

「年中行事との関わり」

日本の食文化は年中行事と密接に関わって生まれてきました。
自然の恵みである「食べ物」をみんなで分け合い、一緒に食事を
することで家庭や地域の
きずなを強めてきました。

和食のよさ

とっとりけんちゅうぶちく がっこうきゅうしょく あじ ～鳥取県中部地区「学校給食」味めぐり～



おいしい味発見！！

中部地区4町で人気の献立を
食べてみたいという声を受け、
中部地区のそれぞれの町の栄養
士さんに人気の献立を尋ねてみ
ました。

(今月は琴浦町と三朝町の献立です。)

11月26日(金)

琴浦町の学校給食で人気の献立

「チーズタッカルビ」と「マンナンサラダ」が登場し
ます。チーズタッカルビは、甘辛く味付けした鶏肉
にチーズをトッピングしたカップ焼きで提供しま
す。マンナンサラダはこんにゃくのつるつるした
食感が楽しい、ノンエッグマヨネーズと、のりの
風味が効いたサラダです。

11月12日(金)

三朝町の学校給食で人気の献立「ピリ辛肉
じゃが」が登場します。豚肉ベースの肉じゃが
に、ピリ辛のキムチが入ったものです。ほくほく
のじゃがいもとキムチがマッチしたごはんの
すすむ一品です。