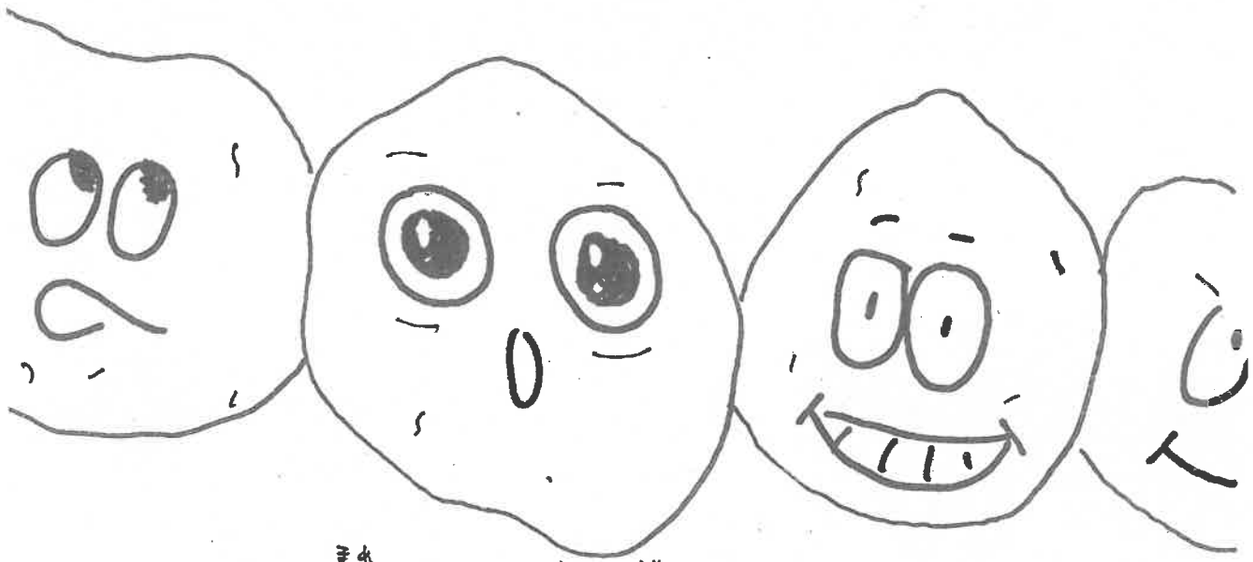
ひよこ豆のこと知ってる？



ひよこ豆には植物性たんぱく質がたくさん入っているよ。豆の先がヒヨコのくちばしに似ていることが名前の理由なんだ。

クイズ

ひよこ豆は何色でしょう？

① 赤色　② 緑色　③ 黄色

こうしえんだいがくじっしゅうせい
甲子園大学実習生

要素③と手こ

給食のおいしいお話

調理員さんに聞きました！！

ひよこ豆のスープのお話



けずり節で出汁をとって塩、こしょう、ケチャップで、味つけするよ。



ベーコンや、野菜を一緒に煮て、おいしさアップするよ!!

キーリートーリーセーン

ひよこ豆のスープについてわかったかな感想を書いてね！！

第1 令和 8 年 12 月 4 日（金）（　　）小学校（　　）年（　　）組

第2 令和 8 年 12 月 2 日（水）



有機栽培について知ろう!!

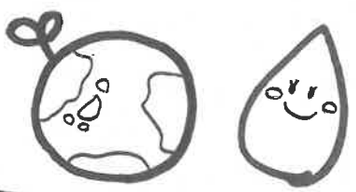
有機野菜とは…?

化学肥料や化学合成農薬にできるだけたよらず,自然の力を生かして育てられた野菜だよ。

◇有機野菜のよいところ◇

環境にやさしい

土の力で育てることで
きれいな土や水を守るよ。



生きものにやさしい

畑に住む虫や鳥,
微生物など,たくさんの
生きもののすみかを守るよ。



有機JASマークとは?

国が決めたとおりに作られた有機農産物についているマークだよ。
スーパーなどで探してみてね!

どんな味がするかな?味わって食べてみよう

給食センターより

12月8日(火)の給食に登場!!



有機米や有機にんじんについてわかったかな?感想を書いてね!

①

②

③

④

12月8日(火)(　　)小学校(　)年(　)組



食育の日(しょくいくのひ)献立(こんだて)のおはなし

～めざせ!全国制覇(ぜんこくせいは)!47都道府県(とどうふけん)味(あじ)の旅(たび)～



秋田県は、東北地方の北西部にあるよ。自然豊かな県で日本一深い湖「田沢湖」や世界自然遺産に登録されている「白神山地」などがあるよ。

日本三大花火大会の一つである「大曲の花火」も秋田県の有名な行事だよ!

きりたんぽ

秋田県の代表的な郷土料理でハレの日にはかかせない料理だよ。

潰したご飯を杉の木の棒に巻きつけて炭火などで香ばしく焼きあげるよ。

外はカリッと、中はモチモチとした食感が特徴だよ。



←鍋のまわりにさして、焼いたりするよ。

給食センターより

ハタハタ

ハタハタは秋田県の「県の魚」に選ばれているよ。



ハタハタを使ったしょっつる鍋などの郷土料理で昔から県民に親しまれているよ。

血液がサラサラになる、DHAやEPAが多く含まれているよ。

今日は唐揚げにしているよ。



よくかんで食べてね。

きつねごはん

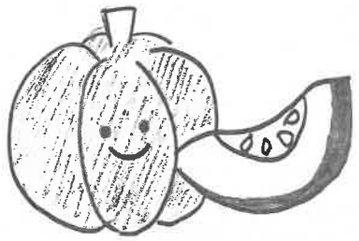
きつねごはんは、油揚げや人参が入ったごはんだよ。

油揚げがきつねの好物といわれていることから、この名前がついたといわれているよ。秋田県の給食にも登場するきつねごはん、味わって食べてね。



食育の日献立についてわかったかな?感想を書いてね。

(第1) 12月9日(水)
(第2) 12月11日(金)(　　)小学校(　)年(　)組



冬至献立のお話



今年の冬至は12月22日！

冬至とは…

一年の中で最も昼が短く、夜が長い日だよ。

「ん」のつく食べ物を食べると運がつくという「運盛り」という風習があるよ！

「冬至の七種」という「ん」が2つ入る縁起物があるよ！

- なんきん
- れんこん
- にんじん
- ぎんなん
- きんかん
- かんてん
- うんどん（うどん）

味わってしっかり食べてね！給食センターより

今日の献立

※おむすび（もち玄米入りごはん、大判のり）

※鶏天　※冬至うどん　※牛乳

冬至うどんには、「ん」がつく食べ物として「うん）どん」「なんきん」「れんこん」「にんじん」が入っているよ。

β-カロテンやビタミンCなど、体の免疫力をアップさせ、風邪を引きにくくしてくれるよ！

「冬至献立」について分かったかな？　感想を書いてね!!

（第1）令和8年12月17日（木）（　　）小学校（　）年（　　）組
（第2）令和8年12月18日（金）（　　）小学校（　）年（　　）組