

11月
10日は

HAPPY BIRTHDAY

伊丹市の市制記念日

今年で
85歳

今日の献立は、伊丹市が制定された
ことを記念した献立だよ！

伊丹市が誕生して今年で85年目を迎えたよ！
伊丹市で育てられた食材がたくさん登場するよ！
よく味わって食べてね！

赤魚の酒かす焼き



伊丹市は、清酒の発祥の地と言われているよ！
酒づくりの歴史が長く、伝統的な酒蔵があるよ。

酒かすは、お米から日本酒を作るときにできるんだ。
今日は、その酒かすに漬けて焼いた赤魚の酒かす焼きが
出るよ！

地元食材に
感謝して食べよう！

給食センターより☆

市制記念日献立

ごはん

赤魚の酒かす焼き

小松菜の煮浸し

さつまいも入りすまし汁

牛乳

小松菜の煮浸し

(小松菜：伊丹市産)

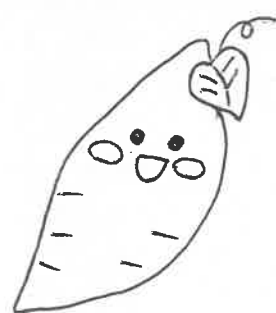
伊丹市で作られた小松菜を使っているよ。
骨や歯を丈夫にするカルシウムやかさを
予防するビタミンCが多く含まれているよ！



さつまいも入りすまし汁

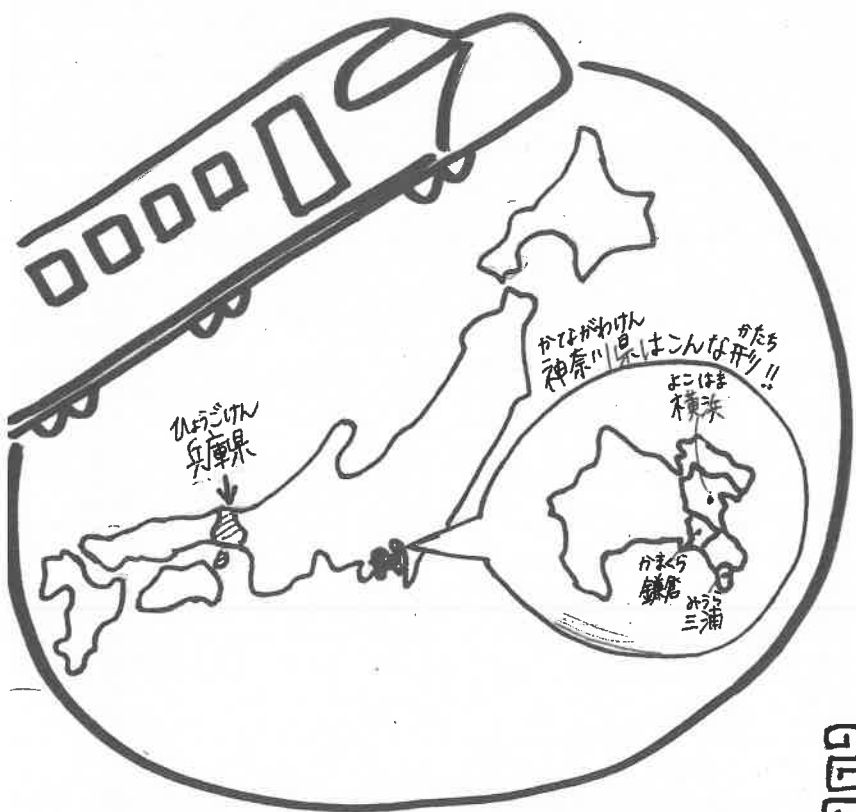
(さつまいも：伊丹市産)

長い期間をかけて農家の方が育てて下さった
さつまいもが入っているよ！おなかの調子を
整える食物繊維もたっぷり入っているよ！
さつまいもの甘みを味わってね！



市制記念日献立について分かったかな？感想を書いてね！

(第1) 令和7年(11)月(6)日(木) ()小学校()年()組
(第2) 令和7年(11)月(7)日(金)



食育の日南献立について

～めざせ全国制覇!! 47都道府県味の旅!!～

神奈川県は、横浜や鎌倉、箱根などの観光地が有名だよ。
 南の沖合を暖流の黒潮が流れているため、おだやかな
 気候をしているよ。東京都の南側に位置しているため、
 盛えた街並みをイメージするけど、大仏やお寺などの
 歴史的な建物が集まる所でもあるよ!

神奈川県



・わかめごはん・

神奈川県では、わかめの養殖が盛んで、
 鎌倉市付近で採れるわかめは
 「鎌倉わかめ」として有名だよ!



・サンマーめん・

サンマーめんとは、豚肉や野菜などの具を
 あんかけにし、ラーメンの上にのせた料理
 だよ。横浜中華街のソウルフードとして
 親しまれているよ!

サン(生) シヤキ(新鮮な具) マー(馬) ラーメン

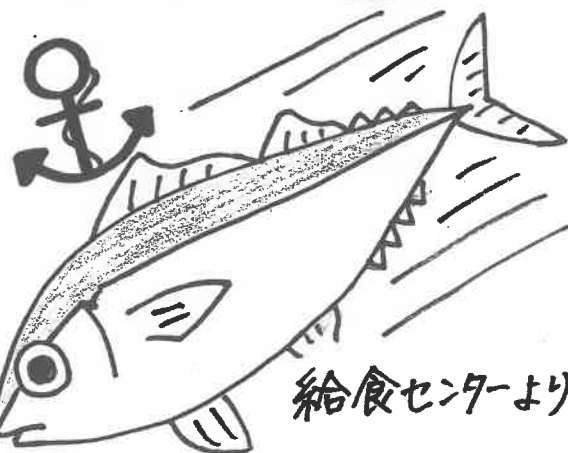
・湘南ゴールドゼリー・

神奈川県が12年の歳月をかけて誕生させた
 柑橘だよ。3月下旬から4月にかけて旬を
 むかえる湘南ゴールドは華やかな
 香りと上品な甘さが特徴だよ。
 今日は果汁を使ったゼリーの登場だよ!



・まぐろのフライ・

三浦市にある三崎港には世界中から水揚げされた
 まぐろが集まるよ。まぐろの聖地とも呼ばれていて、
 メバチマグロを始め、様々な種類が集められるんだ!
 まぐろには、体をつくるもととなる、たんぱく質が豊富だよ。



給食センターより

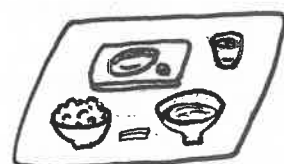
食育の日南献立について分かったかな? 感想を書いてね!

(第1)令和7年11月17日(月) ()小学校()年()組
 (第2)令和7年11月18日(火)

わ　しよく　ひ　こん　だて 和食の日 南 献立のおはなし



11月24日は、「いい日本食」の語呂に合わせて
 「和食の日」として制定されているよ。秋は実が多く、
 来年の豊作を祈る祭りや行事が盛んだよ。それに
 ちなみ、和食の日は「和食」の良さを知り、伝えて
 いくきっかけになるよう、願いがこめられているよ！



和食の合言葉「まごわやさしい」って？

春夏秋冬の自然のめぐみを大切に、感謝の心と
 ともに育まれてきた和食は、栄養バランスもよく世界から
 注目されているよ々々 そのためにとり入れたい食材がこちら！！



～今日のこんだて～

- ごはん 牛乳
 - ほっけのみりん干し
 - やさいのごまいため
 - 呉汁 スイートポテト
- (伊丹市産さつまいもを使用！)

ほっけは、秋においしくたんぱく質たっぷりの

④かなの1つだよ

今日のこんだての中から、「まごわやさしい」が
どこに入っているか、さがしてみよう

味わって食べてね♡♡ 給食センターより

和食の日献立について分かったかな？感想を書いてね。

(第1) 令和7年11月20日(木) () 小学校 () 年 () 組
 (第2) 令和7年11月21日(金)

2000年前から食べられてきた!?

湯葉のおはなし

京都の名産品の
ひとつだよ。
食べたことは
あるかな??

湯葉の歴史は
とても長く、約2000年前
から、お寺で食べられて
きたよ。

今日は
すまし汁に
入っているよ。

湯葉には、
体をくろもといはなう。
たんぱくしうが
多く含まれて
いるよ。

給食センターより

?? 湯葉はどうやって
できるの??

大豆をやわらかくして、
糸をかくるよ。

それを煮つめて
こしたら、豆乳が
できるよ。

豆乳を煮つめると、
表面にうすい膜が
できるよ。

これが
湯葉なんだよ。



給食のおいしいお話



調理員さんに聞きました!

ゆばのすまし汁の作り方の話



出汁は、釜で水を
沸騰させた所に、けずり節を
入れて10分間煮出すよ。

出汁に野菜を入れ、
あくを取ってから、残りの具材と
調味料を入れて、最後に
ゆばをほぐしながら
入れるよ。



ゆばとゆばのすまし汁の作り方について分かったかな? 感想を書いてね!!

(1) 令和7年11月25日(木)

(2) 令和7年11月26日(水)

() 小学校 () 年 () 組