

# いただきますいむ

あたら かくねん せいかつ  
**新しい学年での生活がスタートしました！**

## 学校給食 について



学校給食は、学校で食べる「食事」ということだけでなく、栄養バランスのとれた豊かな食事、成長期にある子どもたちの健康の増進を図る役割があります。また、食に対する正しい知識や、食事のマナーなどの社会性を学んだりする時間でもあります。

牛乳 成長期に必要なカルシウムやたんぱく質が多く含まれた大切な栄養源です。



副菜 野菜を中心にしたもの。ビタミン、ミネラルが多く、主に体の調子を整えます。



主食 ごはん、パン、めん類などです。炭水化物が多く、主にエネルギーのもとになります。赤飯やおこわもあります。



主菜 魚、肉、卵、大豆製品などです。たんぱく質が多く、主に身体をつくるもとになります。



食器は、茶碗、汁椀、お皿、ランチ皿、丼の5種類です。箸やスプーンは各自、持参してください。

## ※給食費（1食）

小学生低学年 259円  
中学年 261円  
高学年 263円  
中学生 308円



## じぼさんしょくざい 地場産食材について

学校給食センターでは、名寄産の食材を積極的に使用しています。今年度も使用する地場産食材について毎月の献立表でお知らせしていきます。給食を通して、名寄で作られている食材について知ってもらい、自然の恵みや生産者の方々への感謝の心をもってほしいと思います。

アスパラ	5～6月	白菜	9～11月
ピーマン	6～10月	大根	10月～11月
きゅうり	7～10月	長ねぎ	7～12月
メロン	8月	玉ねぎ	9月～3月
レタス	7～8月	じゃがいも	9～2月
ミニトマト	8～9月	にんじん	8～12月
キャベツ	8～9月 11～12月	寒締めほうれん草	1～2月

年間を通して使用する地場産食材

米、もち米、パン用小麦粉、ひまわり油、かぼちゃ、もやし、しいたけ、とうもろこし、作りみそ、豆腐、油揚げ、SPF豚肉



## じぼさんしょくざい のうひん くだ ～地場産食材を納品して下さっている 納入業者さん～

- ◇お米：風連有機農業倶楽部・風連有機生産組合
- ◇もち米：JA道北なよろ ◇赤飯・餅：名寄菓子商組合
- ◇麺：豊岡製麺・東洋製麺 ◇すりみ製品：えびす食品
- ◇作りみそ：カントリーママクラブ・ふうれん太郎
- ◇大豆製品：とうふの藤井
- ◇豆腐・油揚げ・しいたけ：名寄丘の上学園
- ◇もやし：坂本食品
- ◇ひまわり油：ひまわり工房
- ◇SPF豚肉：鈴木ビビットファーム
- ◇冷凍カットかぼちゃ・冷凍ホールコーン：樋口醸造店
- ◇牛肉：二子口畜産（地域貢献のため）