



給食センターだより



連載企画 「旬コーナー①」

＜今月のテーマ＞
旬とは/旬の食材：秋

今月号より、今年度のひろしま給食推進プロジェクトの食育テーマ『ひろしま給食』でSDGsを考えよう！！～広島県産の旬の食材の活用～』と関連させた記事を掲載します。



「ひろしま食育ウィーク」期間中の給食を紹介します

「ひろしま食育ウィーク」にあわせて、10月17日（月）～10月21日（金）の5日間は、特色ある献立を実施しました。
*ひろしま食育ウィーク：10月19日「ひろしま食育の日」を含む週

10月17日（月）

SDGs 献立



- ・豚昆布ごはん
- ・牛乳
- ・わかめのみそ汁
- ・千草和え

みそ汁のだしをとった後の昆布を、豚昆布ごはんの具に使いました。お肉と昆布のうま味たっぷりの混ぜごはんでした！



10月18日（火）

ひろしま給食メニュー(R2)



- ・ソフト麺ミートソース
- ・牛乳
- ・甘夏サラダ
- ・Cake de ひろしまな

広島菜漬けとチーズの塩味がコーンの甘みを引き立てた、さっくりとしたおかずケーキでした！



10月19日（水）

食育の日：和食の基本献立
マダイの無償提供（大竹産）



- ・ごはん
- ・牛乳
- ・広島県産 鯛の塩焼き
- ・水菜のお浸し
- ・芋の子汁

19日「食育の日」の魚は、お隣・大竹市の阿多田島で育てられたマダイが無償提供されました。肉厚のマダイをシンプルな塩味でいただきました！



10月20日（木）

教科と関連した献立



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・スイートポテトシチュー
- ・りっちゃんのサラダ

小学校1年生の国語のお話に出てくるサラダを毎年実施しています。りっちゃんがお母さんのために作った栄養たっぷりのサラダです！



10月21日（金）

ひろしま給食メニュー(H27)



- ・ごはん
- ・牛乳
- ・じゃがいものそぼろ煮
- ・せとうちさっぱりサラダ

広島県の瀬戸内地域で育てられたレモンの果汁を一つずつしぼり、さっと加熱してからドレッシングに加えました！



◆旬とは

自然の中でふつうに育てた野菜や果物がとれる季節や、魚がたくさんとれる季節のことで、いちばんおいしくて栄養たっぷりの時期のこと。

*参考：農林水産省 HP「子どもの食育」

◆旬の食材：秋

「実りの秋」「味覚の秋」「食欲の秋」など、秋を表現する言葉は多く、秋に旬を迎える食べ物はたくさんあります。

