



伯耆町学校給食キャラクター
伯まいちゃん

がっこうきゅうしょく 学校給食だよ

令和5年度10月号
伯耆町立学校給食センター



身近な「SDGs」を意識してみませんか？

ここ数年で、「SDGs」という言葉をよく目にするようになりました。SDGsとは「持続可能な開発目標（Sustainable Development Goals）」を略した言葉で、国際連合に加盟する193の国々が、2030年までに達成すべき17の目標です。現在、世界では気候変動、飢餓、紛争、感染症など、さまざまな課題を抱えています。これらを解決し、世界中のすべての人びとが、安心して暮ら続けられる社会を目指すものです。

日常生活の中で、できることから取り組んでみませんか？

日常生活の中で、できることから取り組んでみませんか？

学校給食におけるSDGs 給食ではこんなことに取り組んでいます！

栄養バランスを考えた献立を提供しています



安心して食べられるよう衛生的に調理しています



地産地消を推進しています



みんなで同じものを食べることができます



給食時間にできるSDGsの取り組み 一人ひとりが意識してみよう！

自分が食べられる量を考え、食べる前に調整する



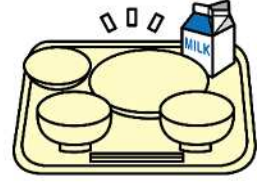
給食から、バランスのよい食事について学ぶ



食器を大切に使う



食べられる人は、なるべく残さず食べる



9月12日は
とっとり県民の日献立でした

この日は、伯耆町や鳥取県の食べ物をふんだんに使った献立でした。給食ノートに書いてあった感想を紹介します！

- とっとり県民の日にちなんで給食を食べながら鳥取県クイズをしました。二十世紀梨もおいしくいただきました。
- 八郷産の梨と聞いて、いつも以上に嬉しそうに梨をほおぼる子どもたちでした。みずみずしくておいしかったです。
- 食事を通していろいろなことが学べるなど実感した1日でした。



今月のレシピ

りっちゃんサラダ

【材料】5人分

- キャベツ……100g
- きゅうり……50g
- トマト……40g
- にんじん……30g
- ロースハム……50g
- スイートコーン……25g

- 細切り昆布……1g
- かつお節……2g
- サラダ油……大さじ1
- 酢……大さじ1
- 砂糖……小さじ1
- 塩、こしょう……少々

【作り方】

- ① 細切り昆布を水でもどす
- ② キャベツは1cm幅、きゅうりは輪切り、トマトは1cmの角切り、にんじんはせん切り、ロースハムは短冊切りにする。
- ③ もどした細切り昆布、キャベツ、にんじん、スイートコーンはさっとゆでて、冷ましておく。
- ④ Aの調味料をよく混ぜ合わせてドレッシングをつくり、材料と和える。



小学1年生国語で学習する「サラダでげんき」にでてくるサラダです。10月25日(水)の給食をお楽しみに！

栄養教諭 福井千穂