

10月 ぱくぱく

発行：令和3年10月
小林東方学校給食センター

朝夕ずいぶん肌寒く感じるこの頃です。朝晩と昼間の温度差が大きいので、風邪を引きやすくなります。給食や家での食事ですっかり栄養を摂り、十分な休養、睡眠、そして規則正しい生活を心がけるようにしましょう。

県産農畜水産物応援消費推進事業

今年度も新型コロナウイルス感染症の影響で、外出などの消費が特に落ち込む食材を、給食で提供することになりました。

10月の給食には、「宮崎牛」と宮崎県産の養殖「かんぱち」を給食で提供予定です。楽しみにしていてくださいね！

宮崎県産の養殖「かんぱち」Q&A！



Q かんぱちの水揚げ量は全国で何位ですか？

H30年	収穫量 (t)	順位
鹿児島	16,778	1
愛媛	4,841	2
宮崎	2,894	3
大分	2,293	4
く		
全国	33,612	

A. 実は、**第3位**と全国有数の産地です！

Q. 宮崎県ではどこでよく獲れますか？

A. 延岡市（北浦町、島浦町）、串間市が盛んです。ほかに、門川町で養殖されています。

Q. かんぱちはどれくらいの大きさになったら出荷されますか。

A. 1尾70センチ、重さ3.5kgほどになったら出荷が始まります。

Q. 養殖して、集荷されるまでどれくらいの日数がかかりますか？

A. 5月頃に稚魚を池に入れて2年ほど養殖して出荷します。

Q. 今回、かんぱちが、学校に届くまでに、どんな職業の人が関わっていますか？

A. かんぱちの稚魚を育てる人、稚魚を宮崎まで運んでくる人、養殖の餌や薬を作る人や販売する人、かんぱちを加工する人などが関わっています。



10/10は目の愛護デーです

みなさんは目を大切にしていますか？ゲームやテレビを長時間見て目が疲れている人はいませんか？10月10日は目の愛護デーです。遠くを見るなどして目を休めるほか、疲れ目に効果的な**ビタミンA**を多く含む食べ物を積極的に食べるようにしましょう。



レバー



にんじん



チーズ



ブルーベリー



ほうれん草



嬉しいご感想をありがとうございます！

給食は、いつもおいしくて、バランスのよい食べ物が出ています。わたしもおかあさんになったら、いつもおいしく、バランスのよい食べ物を作りたいです。 細野小3年 児童

給食で食べる“むぎご飯”が好きになり、我が家でも毎日むぎご飯になりました。とても感謝しています。ありがとうございます。 小林小1年 保護者

いつも美味しい給食ありがとうございます。野菜など食べられない、食べたことのない物、たくさん食べられる様になり、学校に行くことが楽しみの一つになっている様子です。 小林小1年 保護者

給食がおいしすぎてのこさず食べられます。いつもありがとうございます。 南小2年 児童

※ 9月の「ぱくぱく」で記載していた3年生のご飯の量に間違いがありました。（誤）150g （正）140g お詫びして訂正いたします。

きりと

◆ 給食に関する感想などをぜひお聞かせください。
下の欄に記入後、切り取って、学級担任の先生を通して給食センターへお返しください。
() 学校 () 年 お名前 ()

～家庭でも食べて応援していきましょう！～