



給食では「地産地消」を推進しています！

「地産地消」という言葉をご存じですか？ 地域で生産された農林水産物（地場産物）を地域で消費する取り組みのことで、食料自給率の向上をはじめ、地域活性化や、環境保護への貢献など、さまざまな効果が期待できます。学校給食では地場産物の活用を通し、子どもたちへ地域の食文化や産業について伝えるとともに、生産者や食べ物への感謝の気持ちを育んでいきたいと考えています。




地産地消のいいところ


新鮮な旬の食材が食べられる



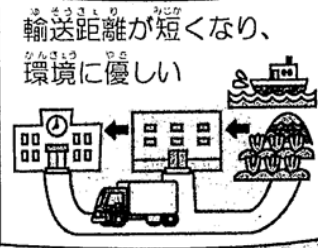
生産者の顔が見えるので安心感がある




食べ物を大切にすることが育つ




輸送距離が短くなり、環境に優しい




地域経済の活性化につながる



11月8日 いい歯を保ち、食事をおいしく食べよう



11月8日は「いい歯の日」です。
むし歯や歯周病など、口の中に病気があると、食べ物をよくかんで食べられなくなり、栄養も吸収されにくくなってしまいます。



朝ごはんレシピ

◎ ほうれんそうのカマンベールココット（1人分）

【材料】

- ・カマンベールチーズ（カット済）：3切れ
- ・冷凍ほうれんそう：100グラム
- ・卵：1個
- ・塩、こしょう：少々
- ・バター：5グラム

【作り方】

- ① 耐熱皿にほうれんそうとバターを入れ、ラップをせずに電子レンジで3分加熱する。
- ② ①の皿を取り出し、全体を混ぜ合わせて、塩・こしょうをふる。
- ③ ②にチーズをのせ、卵を割り入れ、オーブントースターで卵が白っぽくなるまで8分程焼く。