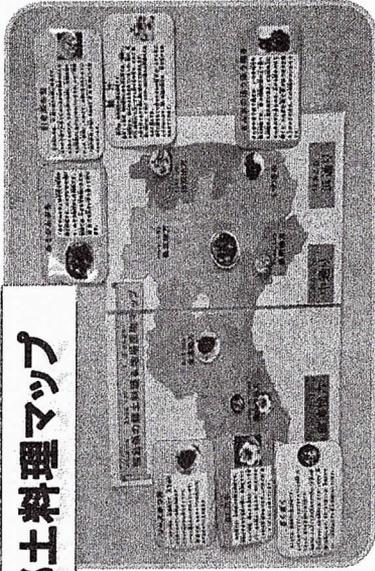


日曜	献立名	体の組織をつくる食品	体の調子を整える食品	エネルギーになる食品	エネルギー - たんぱく質	食塩相当量
13 水						
14 木	「八杯汁」は、いわき市の郷土料理です。「おいしくて、八杯も食べられる」というところから、八杯汁といわれています。	牛乳(乳) さば みそ油あげ 生あげ いか	長ねぎ しょうが 小松菜 にんじん ちやし こんにゃく 大根 ごぼう 干しいただけ キャベツ	こはん ぎび砂糖 里芋 でん粉 ごま油	814 kcal	2.9 g
15 金	★ 地元の食材を使った献立 ★	みそかけうどん(ソフトめん(麦)+みそかけ汁) 牛乳(乳) とり肉 大豆 ぶた肉 みそ チーズ(乳)	ごほう にんじん 玉ねぎ 長ねぎ ただのこ とうもろこし 干しいただけ ちやし にんにく しょうが いちご	ソフトめん(麦) 砂糖 でん粉 パン粉(麦) 小麦粉(麦) 油 米油	879 kcal	3.7 g
18 月		牛乳(乳) とうふ ししゃも とり肉 生あげ みそ	長ねぎ しょうが にんにく 大根 にんじん れんこん しいただけ さやいんげん なめこ こんにゃく	ごはん でんぷん こめ油 ぎびさとう ごま ごま油 じゃがいも	740 kcal	2.8 g
19 火		牛乳(乳) ぶた肉 大豆 えんどう豆 ひよこ豆 いんげん豆 チーズ(乳) ペーコン	玉ねぎ にんにく にんじん キャベツ とうもろこし ほうれん草 いよかん	ごはん 大麦 米油 米粉 砂糖	732 kcal	2.9 g
20 水		牛乳(乳) とり肉 チーズ(乳) 大豆 ぶた肉 ペーコン	玉ねぎ プロッコリー キヤベツ 小松菜 マッシュルーム とうもろこし	パン粉(乳麦) マーシャルピーンズ(乳) でん粉 パン粉(麦) 牛脂 ラード 砂糖 水あめ 油 オリーブオイル きび砂糖	807 kcal	3.8 g

給食回数 13回 平均栄養価：エネルギー 810kcal たんぱく質 32.5g 脂質 22.0g カルシウム 453mg 食塩相当量 3.1g

1年間を振り返って

新しいセンターからの給食提供が早いもので3年が過ぎようとして
います右の写真は、今年度給食で提供した郷土料理のマップです。
マップに郷土料理の紹介が増えるたびに、子どもたちが「そうなん
だあ」と言いながら掲示を眺めている姿がとても印象的でした。
また、今年度は、学校給食の日本一を決める大会「全国学校給食甲
子園」にて、当給食共同調理場の献立が準優勝に輝きました。いわき
地域の食材や行事について理解を深め、日本人の感謝の心を大切に
してほしいとの願いが込められていた献立でした。
来年度も、給食を通して、子ども達が健やかな食生活が送れるよう、
献立の工夫や様々な取り組みをしていきたいと思えます。



郷土料理マップ

地場産物の活用

いわき産の野菜や果物を多く取り入れた給食を実施しました。地域の農産物や生産流通を知ること
で、郷土愛や感謝の気持ちを持っています。

各学校に配布されています。今年度は10種、提供しました！