



常滑市の学校給食

学校給食とは、食に関する指導の6つの目標達成をめざす教育活動です。6つとは、
①食事の重要性を理解する ②心身の成長や健康の保持増進を図る ③食品を選択する能力を身に付ける ④感謝の心を育む ⑤食事のマナーを身に付ける ⑥地域の産物や食文化を理解する です。

栄養は…

成長期に必要な栄養素を満たすよう考慮

給食費は…

食材費のみ(1食 小学校 230円 中学校 260円)

施設・設備の維持費, 光熱水費, 人件費は公費負担

内容は…

主食 ごはん

(白飯・麦飯・わかめご飯や、新たに枝豆ご飯・さつま芋ごはんも)

パン

(スライスパンやバター・ミルクをはじめ各種ロールパン・米粉パン・りんごパン・クロワッサンなど)

めん

(ソフトめん・白玉うどん・中華めん)

牛乳 200ml

副食 多くの食材を使って薄味にし、味覚を育てる

食材は国産を中心に常滑など地元の食材を使用

(安全を最優先、食品添加物は不使用)

成長期に必要な量です。残さず食べようね!



とこめちゃん



いただきます

16日(金)

とこめちゃんと郷土を味わおう!

知多半島の海と山の幸で

蛸とわけぎのめた

材料(4人分)

- たこ 60g
- わけぎ 小1把
- たけのこ 40g
- カットわかめ 1g
- ちくわ 小1本
- 赤味噌 大さじ1
- 砂糖 大さじ1
- みりん 小さじ1/2
- 酒 小さじ1/2
- 酢 小さじ1

作り方

- 赤味噌・砂糖・みりん・酒・酢で酢味噌を作り、冷ます。
- たこはうすく切って茹で、わけぎは茹でて1.5cmに切る。ちくわは半月切りで3ミリ厚さ、たけのこは5ミリ厚さに切り、茹でてそれぞれ冷ます。わかめも茹でて水にとって冷ます。
- 全部の材料を酢味噌で和える。

《めた》ねぎのほか魚介・野菜・海藻などを酢味噌で和えた料理。とろっとした味噌だれを、ぬかるんだ田に見たて「ぬまた」→「めた」になったとも言われるよ。

常滑市の給食も「いいともあいち運動」を推進してるよ。地元の食材を多く食べると環境にも優しいよ!



- 県内の消費者と生産者が今まで以上にいい友関係になる
- Eat more Aichi products (イートモアアイチプロダクツ) もっと愛知県産品を食べよう(利用しよう)

常滑市の献立表

七大アレルゲンや加工食品の主材料などを次のように取り決め献立表に掲載しています

(ただし、チーズ・豆腐・かまぼこなど原材料が特定できる食材は、原則表記しない)

※ 七大アレルゲン…卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに

1. 掲載するもの

料理名になっている食品

七大アレルゲンと主材料

例 ①野菜つくねバーグ

料理名になっていない食品

七大アレルゲンを含む場合のみ

七大アレルゲンと主材料

例 ②ほうれん草のソテーに

入るベーコン

調味料の一部

内容は明記しない

調理場で和えるドレッシング類

も同様

例 ③卓上マヨネーズ

④ドレッシング

2. 掲載しないもの

調味料



日曜	献立名	黄色の食品 (はたらく力になる)	赤色の食品 (血・肉・骨になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	
1月	中華めん 牛乳	五目汁かけ ①野菜つくねバーグ 杏仁フルーツ	ちゅうかめん さとう ごまあぶら でんぶん あんにんどうふ (かんでん・にゅう さとう)	牛乳 ぶたにく なるとまき やさいつくねバーグ (とりにく・だいず ごぼう・にんじん こむぎ)	しょうが にんじん ねぎ メンマ コーン もやし みかん もも パイ
2月	レーズン ロールパン 牛乳	クリームシチュー ②ほうれん草のソテー こんにゃくゼリー	パン じゃがいも こむぎ バター こんにゃくゼリー (もも・みかん・りんご)	牛乳 とりにく スキムミルク ベーコン(ぶたにく たまご)	にんじん たまねぎ ほうれん草 グリーンピース コーン マッシュルーム
3月	白飯 牛乳	あさりの味噌汁 コロッケ 卓上ソース ポテトサラダ ③卓上マヨネーズ	ごはん こめあぶら さとう ごま コロッケ(じゃがいも ぶたにく・ぎゅうにく こむぎ・だいず) マヨネーズ	牛乳 あさり とうふ みそ	こまつな だいこん えのきだけ ねぎ いんげん にんじん
4月	白飯 牛乳	かき玉汁 山菜ごはんの具 春雨の和え物	ごはん でんぶん さとう はるさめ ④ドレッシング	牛乳 とりにく たまご とうふ かまぼこ あぶらあげ ちくわ いわしのかんろに	たまねぎ ねぎ にんじん たけのこ しいたけ