

# 11月給食だより

令和6年11月  
 亘理町立学校給食センター

## 給食を通して地産地消の良さを知ろう!



地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。



### 地産地消の良さとは?



新鮮な旬の味覚を  
 味わうことができる

作っている人の顔が  
 わかり、安心感が  
 得られる

地域内で資金が還元  
 され、地域経済の  
 活性化につながる

農業が活性化する  
 ことで農地が保全され、  
 景観の維持や洪水の  
 防止につながる

運ぶ距離が短くなり、  
 エネルギーやCO2排出量  
 が削減でき、環境に優しい

SDGs (持続可能な  
 開発目標) の達成に  
 貢献できる

### 学校給食に地場産物を活用する効果



地域の産業や食文化へ  
 の理解を深めることが  
 できる



食料の生産、流通に関わる人  
 びとに対する感謝の気持ちを  
 育むことができる



学校と地域との連携・協力  
 関係を構築することが  
 できる



〇11月分給食費口座振替予定額 (1食単価×予定回数)

- ・亘理小学校 (20回) : 5,740円
  - ・荒浜小学校 (18回) : 5,166円
  - ・吉田小学校 (18回) : 5,166円
  - ・長瀬小学校 (18回) : 5,166円
  - ・逢隈小学校 (17回) : 4,879円
  - ・高屋小学校 (18回) : 5,166円
  - ・亘理中学校 (19回) : 6,384円
  - ・荒浜中学校 (19回) : 6,384円
  - ・吉田中学校 (17回) : 5,712円
  - ・逢隈中学校 (18回) : 6,048円
- ※口座振替額は、各学校・学年で喫食回数により変わることがあります。

〇11月分の口座振替日は、令和7年1月6日(月)です。

口座残高をご確認いただき、不足の場合には前日までにご入金をお願いいたします。



# 11月予定献立表

\*牛乳は毎日つきます

\*○は栄養強化米入りです(火・金)

月	火	水	木	金	
<p>地場産物に関心を 持ちましょう</p>	<p>※  は給食のない学校です。 (変更になっている場合があります。学校だより等でもご確認ください。)</p> <p>※太文字は巨理町の食材を使用した献立です。</p> <p>※  はスプーンのつく献立です。</p>	月平均 栄養価	小学校 (3・4年)	中学校	1
		エネルギー (kcal)	635	784	ごはん
		たんぱく質 (g)	25.5	30.5	カレーそぼろ
		脂質 (g)	19.9	22.9	小松菜のツナ和え(きゅうり)
		塩分 (g)	2.5	3.0	みそけんちん汁 (豆腐・油揚げ・みそ)
				長小・亘中・荒中	
				エネルギー 615 764 たんぱく質 27.9 32.8 脂質 18.8 21.1 塩分 2.7 3.1	
4	5	6	7	8	
振替休日	ごはん 春巻き ホイコーロー(みそ) えびボールスープ	食パン(メープルジャム) ミートオムレツ マカロニサラダ(きゅうり) ラビオリ入りトマトソース	ごはん チキンみそカツ もやし中華炒め キムチスープ(豆腐・みそ)	8  いい歯の日 ごはん さわらの西京焼き カミカミサラダ なめこ汁(豆腐・みそ) チーズ	
	吉小・逢小・高小 吉中	吉中	吉中	逢中	
	エネルギー 632 813 たんぱく質 20.4 25.3 脂質 21.7 26.9 塩分 2.1 2.7	エネルギー 634 780 たんぱく質 22.4 27.4 脂質 22.6 27.2 塩分 2.8 3.5	エネルギー 614 777 たんぱく質 25.1 31.3 脂質 19.2 22.0 塩分 2.3 2.8	エネルギー 592 732 たんぱく質 27.4 32.3 脂質 16.4 18.0 塩分 2.7 3.1	
11	12	13	14	15	
ごはん 納豆 ごぼうサラダ(きゅうり) 油麩入りすき焼き風煮 (焼き豆腐・春菊) みかん	12  逢中リクエスト ごはん 焼き肉 ジャーマンポテト 白玉汁 アップルシャーベット	13 ★セルフハンバーガー (★横割丸パン ★ハンバーグトマトソース) カラフルサラダ(きゅうり) さつま芋のクリームスープ	14 ごはん のり佃煮 五目厚焼き卵 きんぴらごぼう 豚汁(豆腐・みそ)	15 ごはん キャベツメンチ ソースがけ 海そうサラダ(きゅうり) ABC野菜スープ	
荒小					
エネルギー 690 830 たんぱく質 28.9 33.0 脂質 21.7 24.0 塩分 1.7 1.9	エネルギー 682 839 たんぱく質 24.4 29.3 脂質 19.6 22.5 塩分 2.1 2.5	エネルギー 646 792 たんぱく質 24.3 29.1 脂質 26.1 30.5 塩分 3.3 3.8	エネルギー 602 726 たんぱく質 24.8 28.1 脂質 15.9 16.9 塩分 2.6 2.8	エネルギー 627 781 たんぱく質 20.2 23.5 脂質 21.1 24.7 塩分 2.3 2.9	
18	19	20	21	22	
ごはん とり肉のバーベキューソース 切干大根の炒り煮 白菜のみそ汁(豆腐・油揚げ・みそ) ラフランスゼリー	19 ごはん ぎょうざ もやしのナムル ジャージャン豆腐	20 バターロールパン 笹かまのねぎソースがけ (笹かま) 和風サラダ 五目うどん(油揚げ)	21 ごはん かつおのオーロラ和え(みそ) チャプチェ わかめスープ(豆腐)	22 ごはん チキンカレー フレンチサラダ(きゅうり) ヨーグルト	
長小		荒小・吉小・逢小・高小 逢中	逢小		
エネルギー 607 749 たんぱく質 26.4 31.5 脂質 14.1 15.9 塩分 3.0 3.4	エネルギー 699 836 たんぱく質 25.3 29.4 脂質 25.6 28.1 塩分 2.4 2.6	エネルギー 588 753 たんぱく質 28.2 37.4 脂質 20.4 24.5 塩分 3.3 4.7	エネルギー 616 759 たんぱく質 28.4 33.7 脂質 18.3 20.5 塩分 2.3 2.9	エネルギー 672 859 たんぱく質 24.1 29.2 脂質 18.3 22.1 塩分 2.0 2.4	
25	26	27	28	29	
★セルフ豚丼 (★ごはん ★豚丼の具) れんこんサラダ(きゅうり) のっぺい汁(豆腐)	26 ごはん 肉だんご 春雨サラダ(きゅうり) みそワタンスープ アーモンドフィッシュ	27  吉中リクエスト メロンパン とり肉の照り焼き ガーリックポテト コーン卵スープ プリン	28 ごはん えびシュウマイ バンバンジーサラダ(きゅうり) 八宝菜	29 ごはん あじフライソースがけ ひじきの炒め煮(油揚げ) ひきな汁(豆腐・油揚げ・みそ)	
エネルギー 624 771 たんぱく質 29.5 34.7 脂質 16.8 19.0 塩分 2.2 2.6	エネルギー 624 748 たんぱく質 24.0 26.6 脂質 17.0 17.9 塩分 2.9 3.3	エネルギー 685 805 たんぱく質 26.2 30.8 脂質 27.3 31.7 塩分 3.0 3.6	エネルギー 612 791 たんぱく質 27.7 34.2 脂質 17.3 20.8 塩分 2.3 3.1	エネルギー 631 782 たんぱく質 24.7 29.4 脂質 20.3 23.2 塩分 2.5 2.8	