



令和5年11月 学校給食予定献立表(中学校)

竹原市学校給食センター (竹原すくすくセンター) [TEL: 22-2350 FAX: 22-2315]

Table with columns for Date, Day, Dish, and Nutritional Information. Includes a note about local products: '★米: 竹原市内産 竹原市内産、広島県内産の食品名には線を入れています。'

すくすくセンターから

★日本型食生活のよさを知ろう★

日本には古くから、主食である米飯を中心に、汁物と菜(おかず)を組み合わせる食習慣があります。米飯と汁物に菜(おかず)3品をそろえたものを一汁三菜とよびます。その汁物や菜(おかず)には、旬の食材を用いて季節感大切にしながら、「まごはやさしい」食品を多く使うという特徴もあります。また、他国の食事に比べ、エネルギー量の半分近い量を米飯でとっているうえ、菜(おかず)も肉などの動物性の食品より、野菜などの植物性食品を多く使っています。

- \* 広島県の料理: つつきなます
\* 各地の料理: 具雑煮 浦上そぼろ(長崎県)
\* 世界の料理: キーマカレー(インド)
\* 竹ちゃん給食: 峠下牛のタコライス
\* ひろしま給食: ひろしまオールスター坦々丼
\* 17日: 食育の日献立
\* 20日: 産物DAY献立
\* 24日: 和食の日献立

3色レンジャー



竹原市の学校給食センターからのお知らせです。...