# ||月給食だより



富山市北学校給食センター 令和7年11月

晩秋の風情が漂い、日毎に秋の深まりを感じる頃となりました。この時期は、朝夕の冷え込みが強まり、 日中でも肌寒い日が多くなるので体調を崩しやすくなります。毎日健康に過ごすために、1日3回の食事 からしっかり栄養を補給し、風邪やウイルスなどに対する免疫力を高めましょう。

学校給食 とやまの日

1 1 月は富山県食育推進月間です。富山でとれた米や魚、肉、野菜、果物など をたくさん取り入れた献立を実施します。

今から20年前、7つの市町村が合併し、今の富山市が誕生しました。今年は、 新しい富山市になって20年がたった特産品をたくさん取り入れているので、富 山の食材や地産地消のよさを知るとともに、伝統的な郷土料理や食文化を見直し、 生産者の方に感謝して食べる機会にしましょう。



1プロック 11月18日(火) 2プロック 11月19日(水)

- ソフト麵
- 牛乳
- ソフト麵の とやまの五目あん
- ・さつまいものきなこと くわの葉がらめ
- ・りんごヨーグルト

## ソフト麺の とやまの五目あん

富山県内でとれた、にんじん、 はくさい、生しいたけ、白ねぎ を使っています。

生しいたけは、細入地域の豊 かな地下水と恵まれた環境の中 で栽培されています。



# さつまいものきなこ とくわの葉がらめ

くわの葉は、ギザギザとした 形のやわらかい葉っぱです。

八尾地域で作られているくわの 葉は、立山連峰の清らかな空気と 水で育ち、味と香りがしっかりし ているのが特徴です。

# いんごヨーグルト

山田地域で収穫された りんごの果汁を使ったヨー グルトです。山田地域のり んごは、標高 300mの涼し い気候でゆっくり育つの で、甘みが強くジューシー でおいしいです。

1プロック 11月27日(木)

2プロック 11月28日(金)

- ・ごはん
- 牛乳
- ふくらぎのかば焼き
- ・とろろ昆布和え
- ・ミニトマト ・とやまの
- 野菜たっぷりみそ汁

### ふくらぎ

今回は富山市の港にあがった ふくらぎが使われてます。

ふくらぎは、大漁で港がにぎ わい「港に福が来た」「福が来る 魚」と呼ばれたことが名前の由 来です。富山県ではとても親し まれている魚です。



# とろろ昆布和え

富山県は昆布の消費量が 多いことで知られています。 大沢野地域でとれた小松菜等 の野菜を、とろろ昆布で和え ました。

### とやまの 野菜たっぷりみそ汁

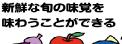
富山県内でとれただいこん や白ねぎ等の野菜、大山地域 で有名なみょうがを使ったみ そ汁です。

『小佐波みょうが』は、富山県 の伝統野菜の一つです。



地産地消とは、地域で生産されたもの を、その**地**域で消費する取り組みのこと を言います。学校給食で、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 にしましょう。

#### 地産地消の良さとは?





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



エネルギーやCO2排出量 が削減でき、環境に優しい 





