



11月

今月の目標  
あき みかん あじ  
・秋の味覚を味わおう

学校給食こんだて表

令和5年11月

松江市立東出雲学校給食センター

Table with columns for days of the week (日曜 to 土曜) and rows for meals (1水 to 16木). Each row lists the meal name and ingredients, categorized by group (1群 to 6群). Includes illustrations of various food items like bread, vegetables, and fruits.

Table with columns for days of the week (日曜 to 土曜) and rows for meals (17金 to 30木). Each row lists the meal name and ingredients, categorized by group (1群 to 6群). Includes illustrations of various food items like bread, vegetables, and fruits.

★献立は食材の都合により変更することがあります。

11月の給食で使用する地場産物

- 東出雲町産の食材や加工品
・とうふ
・あぶらあげ
・あごのやき
・しいたけ
・だいこん
・さつまいも
・あつあげ
・みそ
・にんじん

- 島根県産の食材
(※海産物については、島根県沖で漁獲されたもの)
・米
・牛乳
・しじみ
・たけのこ
・かき
・あじ
・ぶたにく
・たまご
・キャベツ
・じゃがいも

～地場産物を使った学校給食～

地場産物とは、地域でとれる食べ物です。学校給食は、地域の生産者によって生産された新鮮な食べ物をたくさん使っています。11月のしまね・ふるさと給食月間にあわせ、今回もたくさんの方にお世話になり、給食に地元産の食材を取り入れることができました。献立の中から探ってみましょう。そして、自然の恵みやお世話になった方々に感謝して給食をいただきましょう。

Table with columns for energy and weight.
Energy: エネルギー 651kcal (小学校), 809kcal (中学校)
Weight: たんぱく質 26.9g (小学校), 32.2g (中学校)

私たちのふるさと島根県には、おいしい食べ物がたくさんあります。給食を通して、島根にはおいしい食べ物がたくさんあることを知ってほしいです。





# 11月の給食だよ!

11月は「しまね・ふるさと給食月間」です!

「しまね・ふるさと給食月間」とは、学校給食に地場産物をたくさん取り入れて、ふるさとである島根県の食材や、生産者さんに感謝の心をもちましよう! という取組です。

みなさんの給食には、たくさんの地場産物が使われています。そして、たくさんの地域の生産者さんに支えられて、毎日のおいしい給食ができています。

11月は給食を通して、島根県の食材のおいしさを感じながら、大切に食べてください。



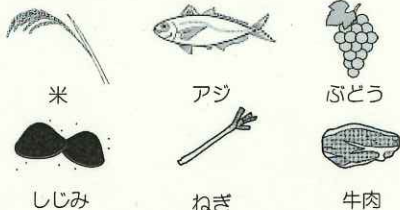
## 探してみよう☆島根県の食材☆



山や海に囲まれた、自然豊かな島根県は、たくさんのおいしい食材にあふれています。そして、地域の環境によって様々な特徴があります。まずは、みなさんがお住まいの地域の食材について、食べながら知っていきましょう。また、学校だけではなく、お家の人とも一緒に、島根県の食材を探してみてください。



島根県の食材を、知っているかな?



## 11月は「しまね・ふるさと給食月間」です。

島根県では、6月と11月を『しまね・ふるさと給食月間』と定め、学校及び地域における食材の充実と学校給食における地場産物活用の一層の推進を図っています。

今月の給食では、東出雲町産や島根県産の地場産物を多く取り入れています。また、東出雲学校給食センターでは、「美味しまね認証産品」に認定されている鶏卵・キャベツ・柿を使用しています。

給食をととして地域の食材を知り、味わいながら、地域の良さを再確認し、食文化の理解を深めましょう。



【美味しまね認証マーク】

### 「美味しまね認証産品」とは

「美味しまね認証」を取得した農場で生産された、県産農林水産物のことです。  
「美味しまね認証」とは、食べ物の安全、環境や働く人を守るために、県産農林水産物の生産から出荷まで、島根県の定めるGAP（農業生産工程管理）基準に基づき生産されていることを認証する制度です。

## 東出雲学校給食センターの紹介

現在、東出雲学校給食センターでは、所長・栄養教諭・学校栄養職員・調理員・配送員が力を合わせて約1,640食の『安心・安全でおいしい』栄養満点の給食を作っています。そして、栄養教諭・学校栄養職員が立てた献立を給食センターで作るのは、調理員さんです。そこで、調理員さんがどのように給食を作っているのか、一日の流れを一部ご紹介します。

### 【調理員さんの一日の流れ】

献立の内容などにより、調理時間が変わる場合があります。

8:00~	・食材が届く (届いた食材は原則その日のうちに給食で使います) ・きちんと届いているか確認する
8:30 ~10:00	・野菜などを洗ったり、皮をむいたりする ・野菜などを包丁や機械を使って切る ・出汁をとる ・前日に数えたトレー、お皿、はしなど給食を運ぶコンテナに入れる
10:15 ~11:30	・調理をする 調理員さんが愛情を込めて手作りしています! ・出来上がった料理を食缶に入れる
11:00 ~12:00	・給食を配送トラックにのせて、みんなのもとへ!!
13:30 ~15:30	・片付け ・みんなが使った食器、食缶を回収して洗う ・食器を数えて、乾燥機に入れて殺菌する ・次の日の準備をする



【野菜を洗っている様子】

【野菜を包丁で切っている様子】

【野菜を機械で切っている様子】

野菜や果物を洗う時は、3槽のシンクで槽を変えながら3回洗って異物を取り除きます。



【肉をフライヤーで揚げている様子】

【汁を蒸気釜で作っている様子】

【料理を食缶に配食している様子】

【食缶をコンテナに入れている様子】

### ◎調理委託業者 株式会社メフォス

山本睦脚 調理責任者さんより

食べることが、身体にとっても大切なことは知っていると思いますが、私は同じぐらいに楽しい時間だと思っています。それは、おいしい物を食べると笑顔になるからです。

給食を食べることで、「身体や心も元気になる、笑顔で過ごしてもらいたい」という思いで給食を作っています。

