



月	火	水	木	金
2 ごはん 牛乳 えび団子スープ マーボー豆腐 はるさめサラダ	3 ごはん 牛乳 長いも入り具だくさんみそ汁 くじらのコロコロ揚げ 保平かぶの浅漬け	4 ごはん 牛乳 ごまキムチ汁 ビビンバの具 ナムル はちみつゆずゼリー	5 ココア揚げパン 牛乳 ABCスープ アンサンブルエッグ 寒天サラダ	6 チキンライス 牛乳 卵とコーンのスープ かぼちゃグラタン かみかみサラダ
9 ごはん 牛乳 いもだんご汁 厚揚げと豚肉のみそ炒め コーンサラダ	10 クロワッサン(卵無) 牛乳 コーンスープ クリスピーチキン ショウジャーサラダ(卵白をかけて配ってください) チョコレートケーキ	11 ごはん 牛乳 おでん ししゃもごま天ぷら (4年~2本) のり酢あえ	12 丸パン 牛乳 クリームシチュー ハンバーグトマトソース 大豆のサラダ りんご	13 ごはん 牛乳 豆腐のみそ汁 ぽったりねぎぶた丼 野沢菜漬けあえ
16 ごはん 牛乳 キムチ鍋 にじますの円揚げ かぼちゃ団子	17 ごはん 牛乳 昆布入りすまし汁 ブリの照り焼き ゆずの香あえ ヨーグルト	18 わかめごはん 牛乳 みそろっか食べたくなっちゃうおみそ汁 ささみのレモンソース まぜっこサラダ ストロベリーカスタードタルト	19 黒砂糖パン 牛乳 ポトフ メダイのカップ焼き 大根とホタテのサラダ	20 ごはん 牛乳 かぼちゃみそすいとん汁 千草卵焼き 大根の土佐煮
具だくさんみそ汁 季節のおすすめ かみかみ献立 郷土食	12月の献立の紹介 地場産物・旬の食材: りんご、みかん、ほうれんそう、大根、ねぎ、白菜、ぶり、たら、ゆず 2~6日: 本とのコラボ給食: 波田中にある本を紹介しします。図書委員がひとロメモをを考えてくれます。 5.10.18日: 希望献立: つつじ、中2-3、6-4の希望献立です。 10日: お楽しみ献立: コーンフレークをまぶしたクリスピーチキンを初めて作ります。みんなで楽しく食べてください。 13日: まつもとの日①: 信州の伝統野菜の「松本一本ねぎ」と、郷土食の「野沢菜づけ」を使った給食です。 16日: まつもとの日②: 郷土食の「かぼちゃ団子」を作ります。冬至に食べる行事食でもあります。 17日: お年とり献立: 年とり魚のぶりを焼きます。			

食育だより

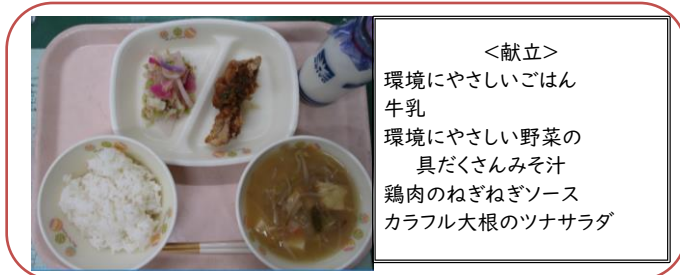
「環境にやさしい給食の日」に合わせて交流給食をしました

<https://youtu.be/Ro-1MFDH-j0>



11月12日に長野県産、松本市内産の「環境にやさしい農産物」(有機肥料を使用し、化学肥料化学合成農薬の使用を抑えた栽培方法で育てられたもの)を12品使って、地産地消費率88%(食材数ベース)の給食を提供しました。また、5、6年生と中学3年生で、生産者や流通業者さんとの交流給食を行いました。

<解説動画 4分18



<献立>

- 環境にやさしいごはん
- 牛乳
- 環境にやさしい野菜の具だくさんみそ汁
- 鶏肉のねぎねぎソース
- カラフル大根のツナサラダ

<生産者さんから>

- ・誰も残さずにしっかり食べていたことが印象的でした。
- ・本当に楽しかったので何回でも呼んでほしいです。
- ・今回の交流を、自分が野菜を作るときのモチベーションにしていきたいです。



小学校の交流給食の様子



中学校の交流給食の様子

地域の皆さんに支えられて、地場産物たっぷりの学校給食を提供できています。これからも、感謝しておいしくいただきます。

冬至に松本の郷土食「かぼちゃ団子」を作って食べてみませんか?

学校給食の調理員さんが、作り方を教えてくれている松本市公式チャンネルです。

あずきを煮るのも、難しくありません! <3分25秒>

https://www.youtube.com/watch?v=fw_CCZ5Yops



松本市のHPでは、「松本の郷土食」を紹介しています。知って、食べて受け継いでいきたいですね。

