

# そうさランチタイムス

令和7年12月号  
 匝瑳市学校給食センター



今年も残すところあと1ヵ月を切りました。寒さも、日に日に厳しくなってきます。体調を崩さないよう、食事をしっかりとって、適度な運動と十分な睡眠を心がける



匝瑳市  
 旭市  
 銚子市

## 約10,000人が食べる 東総まんきつ給食

匝瑳市、旭市、銚子市の小中学校で同じ献立が実施される『東総まんきつ給食』が11月21日に行われました。昨年に引き続き『第9回学校給食レシピコンテスト』が開催され、大賞を受賞した献立が提供されました。今年も匝瑳市の作品が副菜部門で大賞を受賞しました。

【小学校・幼稚園】

【中学校】



♪♪大賞メニュー紹介♪♪

- A: サバのタツタ イタリアンな銚子
- B: 栄養たっぷり！カラフル豚丼
- C: ほんのり甘いバター香る秋のほくほくおみそしる
- D: 匝瑳の恵み赤ピーマンの彩りサラダ

『匝瑳の恵み赤ピーマンの彩りサラダ』は、受賞者とともにレシピを広報1月号に掲載予定です。



## わくわく♪和食すごろく



お正月や節句など、日本には昔から季節ごとにたくさんの年中行事があります。そんな行事やお祝いの日食べる料理「行事食」について、おいしく学んでいきます。学校にすごろくシートと紹介カードを掲示しています。



12月22日(月)

「冬至」は1年のうちで昼が最も短くなる日です。昔から日本では無病息災を願って、冬至の日にかぼちゃを食べ、ゆずを浮かべた「ゆず湯」に入る習慣があります。



ビタミンCで  
 お肌すべすべ!

からだ  
 体を温めて  
 かせ予防!

かお  
 香りによる  
 リラックス効果



## ♥さつまいもをいただきました♥

そうさチューリップ祭り実行委員会より、さつまいもを寄付していただきました。チューリップ祭りの後、広場を有効活用するため、さつまいもが栽培されました。給食センターに70kgのさつまいもが届けられて、15日のさつまいも汁に使用しました。



## 中学生が職業体験にやってきました!

11月13、14日に八日市場第二中学校の2年生2名が給食センターに職業体験にやってきました。献立を考えたり、調理をしたり、食器器具などの洗浄作業を体験しました。

中学生が考えた献立は、1月13日に提供予定です。



きれいに早く作るの難しい!



きれいにできました♪



ガンバレ!



スプーンは1本1本丁寧に洗うんだ。



食缶って重い!

【矢野さんの感想】  
 釜を混ぜるのは、難しかったけれどコツをつかんで、上手に出来て楽しかったです。  
 献立作りは、二人で協力して作り上げられてよかったです。

【伊藤さんの感想】

食器の洗浄作業は、とても数が多くて大変でした。小学生が話を真剣に聞いてくれてうれしかったです。これからも、給食を大切に食べようと思いました。



旬の食材を入れよう!

給食を作るときに使う道具だよ!



## 12月8日は、有機農業の日

有機農業とは、化学肥料や農薬、遺伝子組換え技術を使用せず、環境への負担を減らすことを基本とする農業です。給食でも、月に1回、市内で作られた有機米を使用しています。

