



# 米子市の学校給食を紹介します

米子市の学校給食では、成長期子どもたちの心と体がより健康に育つよう安全・安心、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供しています。



## 学校給食の内容

米子市の学校給食では、文部科学省で定められた摂取基準をもとに、栄養バランスはもちろんのこと、季節や各行事、地場産物や郷土食など、そして子どもたちの嗜好も考慮して献立を計画しています。また、日々の学校給食が「生きた教材」となるように、学校との連携に取り組んでいます。

## 牛乳



「大山乳業農協」の「白バラパスタライズ牛乳」

体をつくるもとになるたんぱく質や、丈夫な体のもとになるカルシウム、ビタミン類を多く含みます。

## 主食

★米飯（週4回）

米子市産米「星空舞」を使用。

季節や行事に合わせて、味ごはん（ピラフ、おこわ等）も提供しています。

★パン（週1回）

鳥取県産の小麦粉「大山こむぎ」を使用したコッペパンです。黒糖を練り込んだ黒糖パンなども提供しています。



毎月19日は  
いきいきこめっこデー

毎月19日の食育の日は『いきいきこめっこデー』！地元食材をたっぷり使った献立を実施し、ふるさとの魅力を子どもたちに届けています。

地産地消給食

ふるさとのおいしい食べ物を届けます

## おかず

★主菜・副菜・汁など3品

●成長期子どもたちに必要な栄養素が不足しないようにしています。また、「だし」を大切にして、脂肪や塩分は控え、素材のおいしさを生かした調理法に努めています。

●食体験を豊富にできるように、様々な食品を取り入れています。ゼリーなどのデザートがつく場合もあります。

## 地産地消の取り組み

鳥取県の豊かな自然で育てられた自慢の食べ物を、たくさん献立に取り入れています！



星空舞



大山どり



浜かんしょ

白バラパスタライズ牛乳

白ねぎ



大山ブロッコリー



大山こむぎ

## ご家庭にお届けします

### 給食の献立表

日々の献立や使用する食材などを、毎月お知らせします。

### 学校給食だより「こめっこ」

学校給食の様子、栄養や食文化など、食に関する情報が満載です。



「献立表」や「学校給食だより」は米子市学校給食課のホームページでご覧いただけます



こめ太

米子市学校給食キャラクター

こめ子