

いただきます



令和7年度6月号

- ・食育月間
- ・6月6日は梅の日

田辺市立城山台
学校給食センター

「食育」とは、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものです。さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てることを目標に、食育基本法が平成17年に定められました。



「食べること」は生涯にわたって続きます。そのため、「食育」は子供だけでなくすべての世代で食育を推進していく必要があります。子供たちがさまざまな経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むために、学校でも教育活動の中で「食育」を推進しています。

〇がっ△にち

6月6日は「梅の日」

今からさかのぼること460余年の昔…

日本中に日照りが続き、作物が育たず田植えも出来ず、人々が困り果てていました。神様のお告げにより天文14年4月17日（新暦1545年6月6日）、後奈良天皇が賀茂神社に詣で、梅を賀茂別雷神に奉納して祈ったところ、たちまち雷鳴とともに大雨が降りはじめ、五穀豊穡をもたらしました。人々は、その天恵の雨を「梅雨」とよび、梅に感謝するとともに、災いや疫病をのぞき、福を招く梅を梅法師と呼んで、贈り物にするようになったといわれています。この話が宮中の日記に記されていたことから、この故事にちなみ、6月6日が「梅の日」と定められました。

6月6日の梅の日には、今年も、「紀州田辺うめ振興協議会」さんより提供の梅干しを1人1粒ずついただきました。ありがとうございました。今月の給食では、梅干しのほかにも、地元産の梅を加工した食材を使ったメニューが登場します！

- ・梅酢（梅サンラータンに使用）
- ・梅ジュース（フルーツポンチに使用）
- ・ねり梅（梅マヨサラダに使用）

日本が誇る田辺市の特産品「梅」、
もっともっと好きになってもらえますように…



☆給食おすすめレシピ☆

ちくわのおこのみあげ

材料：4人分

- | | |
|-------|------|
| 焼きちくわ | 4本 |
| 小麦粉 | 大さじ3 |
| かつお節 | 1g |
| 青のり | 1g |
| 水 | 適量 |
| あげ油 | 適量 |
| ソース | 適量 |

作り方

- ① 焼きちくわは縦に半分に切る。
- ② Aを混ぜて、衣をつくる。
- ③ ②で①を和える。
- ④ 180℃に熱した油で揚げる。
- ⑤ ソースをかけて出来上がり。

※マヨネーズを少しかけても◎

とりのうめずあげ

材料：4人分

- | | |
|------|------|
| 鶏もも肉 | 300g |
| 梅酢 | 大さじ1 |
| しょうゆ | 小さじ1 |
| 酒 | 小さじ1 |
| 片栗粉 | 適量 |
| あげ油 | 適量 |

作り方

- ① 鶏肉は一口大に切り、Aで下味をつける。（5～10分ほど置く。）
- ② 片栗粉をまぶし、180℃に熱した油で揚げる。



♪かんたんおいしい！給食人気メニュー♪