

いただきます



令和8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。

毎年6月は
食育月間

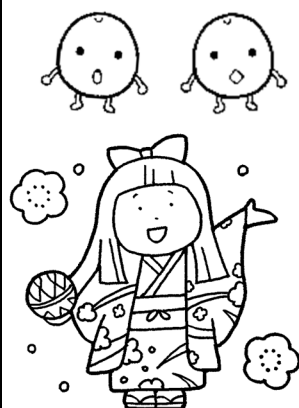
毎月19日は
食育の日



「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。

〇かっ△にち

6月6日は「梅の日」



今からさかのぼること480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日の梅の日にちなんで、6月5日の給食では、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！

- ・梅ジュース（フルーツポンチに使用）
- ・ねり梅（豚肉の梅生姜焼きに使用）

衣笠中学校の現2年生が考えてくれた献立です！

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☆

トリニータ丼

材料：4人分

A	鶏もも	1枚	B	ごはん	4人分
	しょうが	4g		にら	1/4束
	にんにく	2g		しょうゆ	小さじ4
	塩	ふたつまみ		さとう	大さじ1
	酒	小さじ1		ごま油	小さじ1/2
	かたくり粉	大さじ3		コチュジャン	小さじ2/3
	あけ油	適量		酒	小さじ1



作り方

- ① 鶏肉は2cm角に切り、Aで下味をつける。（5～10分ほど置く。）
- ② にらは3cm幅に切る。
- ③ 鍋にBの食材・調味料を入れ、軽く煮立たせる。
- ④ ①にかたくり粉をまぶし、180℃に熱した油で揚げる。
- ⑤ ④のからあげに③のタレを絡める。
- ⑥ ほかほかごはんの上に盛りつけて出来上がり！



♪かんたんおいしい！給食人気メニュー♪