

# がっこうきゅうしょく 学校給食ってなあに？



がっこうきゅうしょく 学校給食は、きゅうしょく 給食を通して たいせつ 大切な食べ物を知り、けんこう い 健康に生きるための バランスのよい 食事を選ぶ力を育てるために大切な「食育」の場です。



## 給食の歴史(明治から令和)



めいじ 明治

たいしょう 大正

しょうわしょく 昭和初期

しょうわこうき 昭和後期

げんざい 現在

【写真は独立行政法人スポーツ振興センターのものを使用】

## くるめし がっこうきゅうしょく 久留米市の学校給食について

### 主食

**ごはん** 《週4回》

久留米産の「元気つくし」や「ヒノヒカリ」を使用しています。白ごはんの他に、麦ごはん、丼物、混ぜごはんなどがあります。

**パン** 《週1回》

消化がよいようにしっかり焼いてあります。食パンを基本に黒糖パン、胚芽パン、米粉パンなど味も形もいろいろあります。

**麺類** 《月2回程度》

うどんやちゃんぽん、焼きそばなどがあります。



### 牛乳

毎日1本(200ml)つきます。育ち盛りの子どもたちに欠かせない「カルシウム」や「たんぱく質」などを含んでいます。

### 主菜・副菜

できるだけ加工品を使用しない、手作りの給食を心がけています。旬の野菜や果物、大豆などを使い、地産地消に取り組んでいます。

## いろいろな献立が登場します！



### 行事食



各月の行事に合わせた献立です。  
(例) こどもの日、七夕、冬至、正月、節分、ひな祭りなど



### 地場産の日



久留米でとれた野菜などをできるだけ多く使い、ごはんの日と米粉パンの日を実施しています。



### 朝ごはんの日

(毎月1回)

朝ごはんに向く献立を給食で実施し、朝ごはんの大切さや働きなどを伝えています。



### 和食の日

(毎月1回)

ユネスコ無形文化遺産に登録された和食の特徴やよさを学校給食で紹介していきます。和食の基本の私たち「ごはん、おかず、汁物」がそろった献立が登場します。



### セレクト給食

おかずやデザートなど、2つのメニューから自分で選ぶ献立です。



### 料理コンクール優勝献立

調理員さんを対象にした料理コンクールで優勝した献立を給食にしています。



### かみかみ献立

かみごたえのある食べ物を使い、かむことを意識して食べる献立です。

### 世界の料理・日本の郷土料理

世界や日本の郷土料理を紹介しています。

