



こめっこ

～ 学校給食だより～



令和2年(2020年)10月号

少しずつ秋の気配が感じられ、過ごしやすい季節になってきました。秋は実りの秋ともいわれるように、新米をはじめ、さまざまな作物が収穫の時期を迎えます。ご家庭でも、旬の味覚を楽しみながらいただきます。

10月9日
(金)

非常食給食 を実施します!

米子市では、学校給食が提供できない緊急時に対応するため、各給食センター・共同調理場に非常食カレー(救給カレー)の備蓄をしています。今年度も、鳥取県中部地震から4年を迎える10月に、非常食カレーを活用した給食を計画しています。

- ・非常食カレー
- ・食パン(中学校のみ)
- ・フルーツ合わせ
- ・トックスープ
- ・牛乳



●非常食カレー●

成長期の子どものために栄養のバランスを考えて作られた安全でおいしいカレーライスです。ごはんが入っていて、温めずに食べられます。**アレルギー特定原材料等不使用**



●食パン(中学校のみ)●

冷凍で長期間保存できる食パンです。解凍してそのまま食べることができます。中学校のみ提供します。

●トックスープ●

災害などの際に行われる「炊き出し」をイメージした具たくさんスープです。今回は、米で作られた朝鮮半島のトックという餅を入れたスープを作ります。一品でたくさんの栄養をとることができます。



●フルーツ合わせ●

開封してそのまま食べることができる缶詰やレトルト食品を使います。今回は、果物とこんにゃくゼリーを和えて作ります。



災害はいつ、どこで起こるかわかりません。いざという時に自分や家族を守ることができるように、家族の状況に応じて備蓄品を用意しておきましょう。



水

1人あたり1日
3Lが目安。

缶詰

肉・魚・豆・果物等そのまま食べられるものが便利。



インスタント食品



加熱不要のカレーやお湯で調理できるインスタント食品がおすすめ。

米



洗う手間の省ける無洗米やアルファ化米もおすすめ。

カセットコンロ・カセットボンベ



1人あたり1週間
6本が目安。

嗜好品



エネルギーを確保できるものを。

家族の人数×最低3日分(9食分)を目安にできれば1週間分備蓄しておく目安です。



ホットライン給食

日々の給食写真や人気メニューのレシピを(一財)米子市学校給食会のHPでご覧になれます。

