

## こめっこ献立 結果発表！



# こめっこ

～学校給食だより～

号外！第1弾



令和8年（2026年）1月号

今年も全国学校給食週間の取り組みとして、市内小学校4年生～中学校3年生を対象に「こめっこ献立～ふるさとの食べ物を使った料理～」の募集を行いました。

応募総数 2128点の中から選ばれた、**1月の給食に登場する 21品**を紹介します！

13日

### 栄養満点の星空もちもち汁

住吉小 6年 市原 沙來さん  
福米東小 5年 藤吉 千絵さん

具材の一つ一つが“星取県”鳥取のきれいな満点の星空を思わせる、ふるさと野菜たっぷりの栄養満点のお汁になっていました。明るい星に照らされて見通し良く、みんなで良い1年のスタートがきれそうです。

14日

### 地元野菜たっぷりうまい！かき揚げ



啓成小 5年 今井 晴一さん  
尚徳小 6年 小林 凪絆さん  
加茂中 2年 中村 綾波さん

特産の野菜の甘さや彩り、色々な食感が楽しめる、ハイセンスな組み合わせのかき揚げでした。ブロッコリーの茎やにんじんは皮ごと使う工夫も、SDGsにつながるナイスアイデアでしょう。

### 寒さに負けるな！鳥取牛骨おでんスープ

住吉小 6年 入澤 佑亮さん

みんなが食べやすいおでんにして、食べ残しを減らし、寒さに負けずがんばろう！という優しい思いに心が温まりました。だしに牛骨スープ、具材にあごくわや特産の白ねぎを使う“鳥取”へのこだわりも光っていました。

15日

### 鳥取の宝をつめこんだ 心も体もポカポカマーボー

住吉小 6年 松重 海璃さん

特産品の“ねぎ、にんじん、らっきょう”を鳥取の宝と呼ぶところにふるさと愛を強く感じました。また、野菜が食べやすくなるように野菜は薄く切り、味付けに砂糖を加えて味をしみこみやすくする、食べる人のことを考えた工夫もすばらしかったです。

16日

### ふるさとたっぷり米子キッシュ

車尾小 6年 八幡 六花さん  
加茂小 5年 鈴木 鷗真さん

湊山中 1年 松浦 凜士さん 青砥 佑真さん

ふるさとの恵みを県産牛乳入りの卵の生地で焼き固めた優しい味わいのキッシュを考えてくれました。具材のブロッコリー、にんじん、白ねぎ、さつまいもは見た目にもカラフルで、ふるさとの旬の食材を知るのにもぴったりでしょう。

たくさんのご応募ありがとうございました！



19日

### 体ポカポカ ふるさとたっぷり野菜豚汁

車尾小 6年 持田 結梨さん 田子 浩嵩さん  
福米東小 5年 松本 遥香さん  
湊山中 1年 藤谷 ひなたさん 白谷 真里さん

みんなに冬に旬のふるさとのおいしい食材をたくさん知ってもらうため、どれだけたくさんふるさとの食材を使うかを工夫してくれました。その思いに心もボカボカに、食べれば体もボカボカになること間違いなしです。

料理スキルが輝くで賞

### 甘ずっぱい☆うっこう入り ブロッコリーのごまツナ和え

20日

伯仙小 6年 世良 彩乃さん

食材の最高の相性を考えて試作を重ねる探究心や努力、また、酢味噌で甘酸っぱく仕上げる味のセンスなど完成度が高い作品でした。素材を生かすために、真摯に取り組む姿勢に感心しました。発想力と料理技術の高さを感じられる、栄養士絶賛の作品です。

20日

### かいにうまい 鳥取のいりとこどりカレー

義方小 5年 板見 碧依さん 就将小 5年 木科 光晴さん  
福生東小 6年 山根 優芳さん 福米中 1年 橋本 咲穂さん

たっぷりの野菜も小さく刻んでお肉と一緒に炒めれば、野菜と肉のうま味のいいとこどりで、野菜の苦手な人にもがいにうまいカレーになりそうです。かくし味に梨のピューレを使う鳥取しさへのこだわりスパイスもきいていました。

市長賞

21日

### 米子をかいにごめた えこなご飯

河崎小 6年 斎藤 奏さん

米子市への深い愛情が、群を抜いて伝わる作品でした。その思いは応募用紙では足りないほどで、添付されたノート用紙2枚にわたってびっしりと書き込まれていました。また、方言を組みあわせて考えた献立名のアイディアや、米子市の児童生徒、みんなにおいしく味わって欲しいと食物アレルギーに配慮した食品を組みあわせる優しい気持ちなど、ふるさとの町や人への愛情が最高に詰め込まれた作品は一線を画したことから、市長賞に選ばれました。

## 教育長賞

22日

### ヨネギースとねぱりっこ 国際交流千千ミ

福米東小 6年 山下 明里さん

ふるさとのおいしい食べ物と米子市の姉妹都市である韓国の食べ物を組みあわせて、食を通じて交流したいという思いをこめて料理を考えてくれました。食品の組み合わせもさることながら、「自分の考えた料理が給食に出ることが夢であり、その夢をかなえたい！！」というコメントが応募者の中で唯一無二であり、選考者を大きく感動させたこと、そして、その思いを伝える力が素晴らしいことから、教育長賞に選ばれました。

22日

### 苦手こくふく！おいしいもぞくスープ

弓ヶ浜小 6年 田澤 柚愛さん

特産品の白ねぎを、苦手だけど食べられるようになりたいという前向きな気持ち、克服したら家族にも食べてもらいたいという優しい気持ちが素敵でした。白ねぎが苦手の人の気持ちに寄り添う優しい味のスープになるでしょう。

23日

### 鳥取砂丘のような サクふわ豆乳グラタン

義方小 5年 永嶋 紗空さん

車尾小 6年 紀川 悠さん

福米西小 5年 浦田 芽生さん

崎津小 5年 土井 咲歩さん 杉山 琳音さん

湊山中 1年 磯遊 凪沙さん 香川 心虹さん

塚本 有理那さん

ふるさとの食材に加え、白ねぎをよく炒めて甘みを引き出し、白ねぎのおいしさを最大限に生かしたグラタンになっています。サクサクの表面で鳥取砂丘を表現するアイデアもユニークでした。

26日

### おいしさバツグンねぎ塩中華炒め

義方小 4年 岡山 晓さん

福生中 2年 西村 奈月さん

弓ヶ浜中 3年 角 柚嬉さん

箕蚊屋中 2年 因田 貫人さん

いか、お肉、野菜、きのこ、食パラダイス鳥取県らしく豊富なふるさと食材を使うことで、色々な食感が楽しめそうです。おいしさの決め手のねぎ塩だれは、香りよく、鳥取らしく味をまとめてくれることでしょう。

### 冬にぴったり鶏煮込みうどん

就将小 6年 吉野 真優理さん  
湊山中 3年 藤原 夕奈さん

県産の鶏肉のうま味がしみ出た特製のだし汁でうどんと地元野菜を煮込めば、野菜は食べやすくうどんのとろみで汁は冷めにくく、心も体も温まる冬の定番メニューになる予感がします。

2・3月も続々登場！お楽しみに!!

— 米子市教育委員会 —

27日

### 鶏とさつまいもの 甘辛梨ねぎラッキーソース

就将小 5年 南谷 柚有さん 大谷 采子さん  
住吉小 6年 池田 渚央さん 福生西小 6年 山根 夕奈さん  
加茂小 5年 西村 夏楓さん 後藤ヶ丘中 1年 西本 孝幸さん

特産品の梨、ねぎ、ラッキーソースを絶妙なバランスで配合した甘辛いソースを、揚げた鶏肉とさつまいもにからめれば、より鳥取らしさを味わえる、鳥取の魅力満載の一品に大変身です。

### 栄養満点！サーモンつみれ汁

義方小 5年 野坂 紗香さん 住吉小 6年 河本 梨花子さん

サーモンをつみれ団子にして味噌汁に入れ、そのうまみを存分に味わおうという新しいアイデアが光っていました。にんじんや白ねぎなどの特産品とも相性抜群です。

28日

### とっとり三つ星梨ねぎまんぱくチキン

加茂小 5年 赤前 樂親さん 6年 松下 珠庵さん  
箕蚊屋小 6年 中嶋 太智さん 福生中 2年 福本 七緒さん  
箕蚊屋中 1年 遠藤 弥生さん 山崎 初月菜さん

鳥取県にちなみ、特産品の鶏肉、白ねぎ、梨を鳥取の三つ星に例えたネーミングのセンス、照焼のたれに梨を加えて鶏肉と白ねぎの素材のうま味を引き出す工夫が、ミシュラン三つ星級でした。

### 鳥取野菜パレードのポテトサラダ

成実小 5年 黒川 陽菜さん 野坂 咲來さん  
高田 華那さん

福生西小 6年 長木 圭佑さん

ふるさとの野菜のおいしさを広めたいという思いが詰まっています。さつまいも、にんじん、ブロッコリー、ラッキーソースと特産品オンパレードで鳥取県らしさ全開の一品です。

29日

### うっきょうソースの 栄養満点鰯の竜田揚げ

河崎小 4年 松尾 光叶さん

魚料理の応募は少ない中、魚を食べやすくする工夫が凝らされた思いやりあふれる一品でした。ラッキーソースと白ねぎ入りの甘酢ソースが鰯をよりおいしく食べやすくしてくれるでしょう。

### 協力パワー発揮賞

### 鳥取の食材を使ったスーパーエネルギー炒め

29日

弓ヶ浜中 1年 山中 優貴さん 安達 悠さん  
上田 稲さん 干村 宗慈さん

友達と力を合わせて楽しく取り組んでいる様子の写真が応募用紙に所せましと貼り付けてあり、選考者全員を笑顔にしてくれました。それだけでなく、鳥取の食材を生かしつつ、栄養バランスや調理法にいたるまで、中学生らしい工夫が感じられます。こんな風に、楽しく取り組んで欲しいとの選考者達の願いを体現してくれた作品です。

### 白ねぎを好きになってくれて“だんだん”賞

### いつもだんだん！がいな白ねぎのほっこりシチュー

30日

福生西小 4年 引野 美々さん

応募用紙の言葉選びや、丁寧な文字が素晴らしい、一生懸命に取り組まれた様子がよく伝わってきました。また、自分が苦手な白ねぎを大好きなシチューに入れて克服したいという可愛らしい挑戦が、選考者をほっこりと、優しい気持ちにしてくれました。