



# こめっこ

～ 学校給食だより～



令和8年(2026年)3月号

今年度も残すところ、あとひと月になりました。毎日を大切に、楽しい給食時間を過ごしてほしいと思います。さて、3月は卒業や進級に向けて1年のまとめをする時期です。この1年間の食生活や自分自身の健康を振り返り、新しい学年でも元気いっぱい過ごせるよう準備をしましょう。



## 日ごろの食生活を振り返ろう!



**朝ごはんを毎日**  
欠かさず食べている

**食事の前に手を**  
きれいに洗っている

**正しい姿勢で、よく**  
かんで食べている

**苦手な食べ物にも**  
挑戦している

**おやつは時間と量を**  
決めて食べるように  
している

**おしを上手に**  
つかうことができる

よくできたものに○をつけましょう。○がつかない部分は、意識して取り組んでみましょう。

### 卒業生の皆さんへ

卒業生の皆さんは、これまでの給食を通して、どのようなことを感じ、学びましたか?給食から学んだことを活かし、健康で充実した毎日を送ってほしいと願っています。



## 第2回 Y-1 グランプリ優勝メニュー登場!



市内の小学校に勤務する先生方で構成される、米子市小学校教育研究会の給食教育部会で、今年度で2年目の取り組みとなる「Y-1 グランプリ」を実施しました。部員の先生方と栄養士で構成された班で6品を考案し、実際に調理・試食、審査を行いました。その中から第1位に輝いた、『ヨネギーズのうおちゃっぷ』が給食に登場します!

### 第2回Y-1グランプリとは?

Yonago の子ども達の健康を応援する  
えい You たっぷりの給食メニューを  
Yonago の小学校の教職員で  
YY (わいわい) 楽しく考えましょう!

3月10日  
(火)

### ヨネギーズのうおちゃっぷ

魚と野菜をおいしく  
食べて欲しい!との  
願いが込められて  
います。



トマトケチャップを利  
かせたソースは、カリッ  
と揚げた白身魚や野菜と  
の相性抜群!ちりめんじ  
ゃこを使い、子どもたち  
の成長に欠かせないカル  
シウムの補給やよく噛ん  
で食べることで噛む力が  
身につくように工夫して  
あります。



米子市学校給食課長、米子市福祉保健部健康対策課係長、  
(株)東洋食品業務責任者の方に来ていただき、審査していただきました。

※考案された6品のレシピはこめっこ号外で紹介します。

— 米子市教育委員会

### 給食献立はここで Check!

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で紹介しています。

