



こめっこ

～ 学校給食だより～

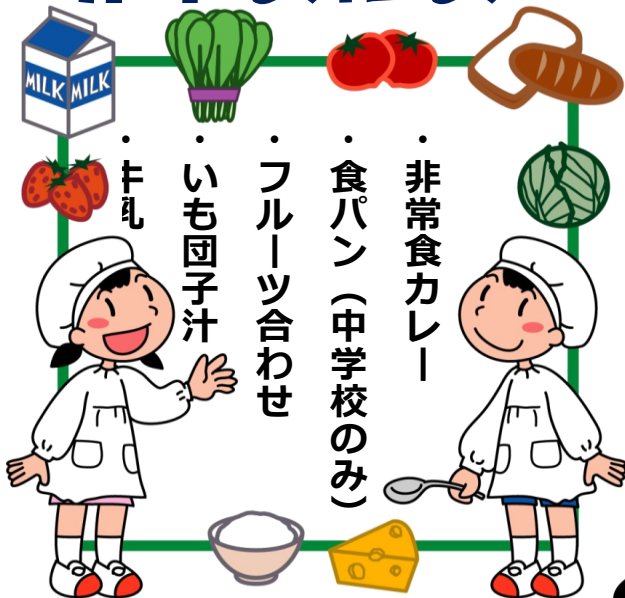
令和元年（2019年）10月号



少しずつ秋の気配が感じられるようになりました。秋は実りの秋ともいわれるように、さまざまな作物が収穫の時季を迎えます。また多くの魚も脂がのって旬を迎えます。ご家庭でも、この時季ならではの味覚を楽しんでみてはいかがでしょうか。

10月11日(金) 非常食給食

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、平成28年に発生した鳥取県中部地震から3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

成長期の子供達のために安全でおいしく栄養のバランスを考えたカレーライスです。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27品目不使用**



◆いも団子汁

ゆでたじゃがいもをつぶし、練って作ったいも団子を入れた味噌汁です。一品でたくさんの栄養をとることができる具たくさん汁物です



◆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。



備蓄品リスト

**家族の人数×最低3日分(9食分)、
できれば1週間分を備えておく安心！**

水とカセットコンロなどの熱源があれば、非常時でも温かい食事をとることができます。備蓄品は、家族の状況に応じて用意しておきましょう。



カセットコンロ・カセットボンベ

・ボンベは1週間当たり1人6本が目安。



水

・1人1日 3Lが目安。



お米



米

・洗う手間の省ける無洗米やアルファ化米もおすすめ。

缶詰

・肉・魚・豆・果物等、そのまま食べられるものを選ぶとよい。



インスタント食品

・加熱なしで食べられる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。



嗜好品

・お菓子や飲み物、栄養補助食品としてエネルギーを確保できるもの。



10月19日(土)米子市文化ホール吹抜けで『第8回ネギ来まつり』が開催されます。(一財)米子市学校給食会が、給食で提供している、卵・乳・小麦不使用のデザートの配布を行います。(数量限定)ぜひご来場ください。

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。

