



Table with columns: 日 (Date), 主食 (Main Dish), 牛乳 (Milk), おかず (Side Dish), たべものののはたらき (Food Function) with sub-columns for 赤 (Red), 黄 (Yellow), 緑 (Green), Iたんぱく質 (Protein), Kcal (Calories), たんぱく質 (g) (Protein g), and ひとくちメモ (Notes). Rows include meals like ごはん (Rice), どんじり (Soft-boiled egg), ワンタンスープ (Wonton soup), etc.

●献立及び使用食材は都合により変更することもありますのでご了承ください
●太字は県産品またはおいらせ町産の食材です
●スプーンがついている日ははしとスプーンをもってきましょう



おいらせ町の給食は無料化事業を実施しており、町民の税金で賄われています。(令和4年4月から令和8年3月まで 4年間)



このQRコードを読み込むと献立表やアレルギー詳細献立を確認することができます

うらにも「給食だより」があります。見てね!

食べて元気に！

給食アンケート集計結果(一部抜粋)

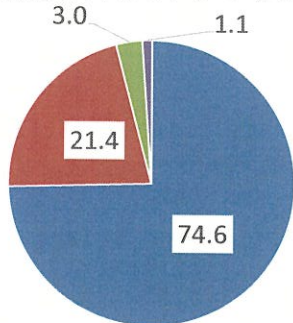


毎年、行っている小学校5・6年、中学校2・3年を対象とした給食アンケートの結果です。

給食は好きですかの問いには「好き」74.6%で年々増加しています。給食はおいしいですかの問いでは「おいしい」66.5%でこちらも増加傾向です。残さず食べますかの問いでは「全部食べる」71%、朝ごはんは食べていますかの問いは「毎日食べる」84%となりました。また、朝ごはんを食べた人に、朝食内容をきいたところ、主食となるパンやごはんを食べている児童生徒は9割程で、おかずのみ、果物のみといった人もみられました。

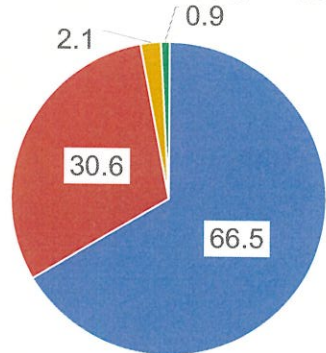
教職員にもアンケートをとりました。これらの調査結果や意見を参考にして今後の給食や指導に活かしていきたいと思えます。ご協力ありがとうございました。

給食は好きですか？(%)



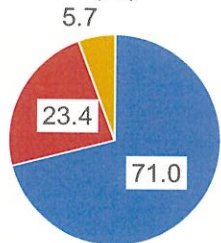
■ 好き
■ どちらかというとき
■ どちらかというとき嫌い
■ 嫌い

給食はおいしいですか？(%)



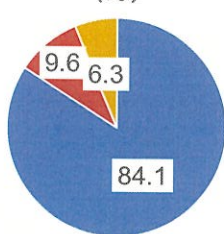
■ おいしい
■ おいしいことが多い
■ おいしくないことが多い
■ おいしくない

給食は残さず食べますか？(%)



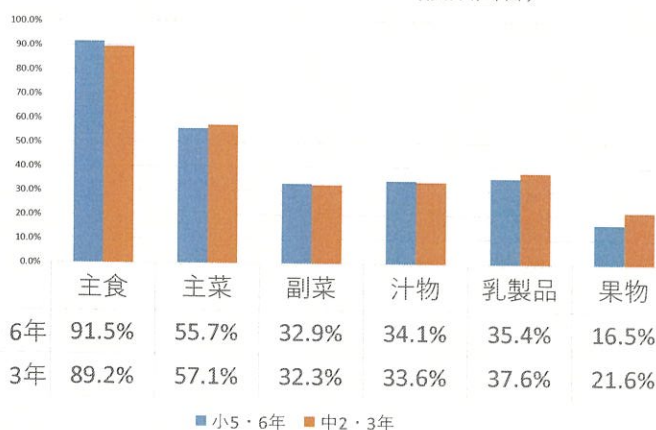
■ 全部食べる
■ 時々残す
■ 残す事が多い

朝ごはんは食べていますか？(%)



■ 毎日食べている
■ 時々食べている
■ 食べない事が多い

朝ごはんは何を食べましたか？(複数回答)



感染症に負けない体をつくろう

風邪など感染症の予防には、手洗い・うがいのほかに、規則正しい生活を心がけることが大切です。生活習慣が乱れると免疫機能の低下につながり、体調を崩しやすくなります。早寝・早起きの習慣をつけ、朝・昼・夕の食事をなるべく同じ時間にとるようにしましょう。また、適度な運動は、ストレス解消や睡眠の質の向上につながります。



大豆の“豆”知識

大豆は、体をつくるタンパク質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われるほか、さまざまな食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。

大豆からできるもの



みかんのおいしい季節です。いろいろなむき方を試してみましょう。

<12月の給食残食量> ●毎日の残食量を計っています。
1日に残るご飯 平均30.3kg (1人あたり 12.6g)
1日に残るおかず 平均105.0kg (1人あたり 43.2g)
*汁や牛乳も含んだ量です