

# お米をしつかり食べよう

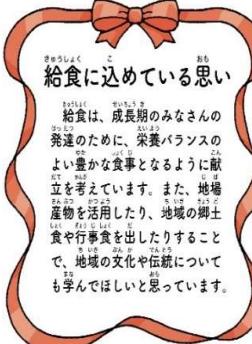
11月からお米が新米(今年度収穫されたお米)に変わります。新米は古米と比べて、ふっくらと炊きあがり、粘りや甘みがあります。給食では、現在紀の川市産キヌヒカリを使っていますが、令和6年度産の新米価格が上がり、また紀の川市産キヌヒカリの収穫量が減っていることから、これからも安定して給食で提供するためにキヌムスメやヒノヒカリという種類のお米を使うこともあります。

美味しい紀の川市産のお米を味わって食べてね。



## 11月22日は、ふるさとの誕生日

明治4年11月22日に和歌山・田辺・新宮が統合し、現在の和歌山県が誕生してから今年で153年を迎えます。和歌山県の特産物や郷土料理について知りましょう。22日は地場産の野菜やみかんを使った給食です。



きらきらよく  
給食に込めてる思  
い

やさしくて、  
始食は、成長期のみなさんの  
きらきらよく  
発達のために、栄養バランスの  
よさが、  
よいかなが食事となるように献  
立を考えています。また、地場  
産物を活用したり、地域の郷土  
食や行財食を出したりすること  
で、地域文化や伝統について  
も学んではほしいと思っています。

### ＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

しょくひん 食品 グループ	○・おもにエネルギーの もとになる食品	△・おもに体をつくる もとになる食品	□・おもに体の調子を整える もとになる食品
えいようそ 栄養素	たんぱく質 炭水化物	しふ 脂質	しふ たんぱく質 むきしつ 無機質 (カリシウム)

☆材料購入の都合により  
献立を変更することが  
あります。