



2025年

10月分献立予定表

上板町学校給食センター ホームページ
https://www.townkamiita.jp/soshiki/kyouiku/gakkokuyusyokucenter/



Table with columns: 日曜日, 主食・おかず・牛乳, 魚・肉・たまご・豆・豆製品など, 牛乳・乳製品・小魚・海そうなど, 色のこい野菜, その他の野菜・果物・きのこ, きいろ, おもにエネルギーのもとになる, 栄養価 (小学校3・4年生), エネルギー kcal, たんぱく質 g. Rows include dates from 10/1 to 10/31 with menu items like コッペパン, ハム, キャベツ, etc.

10月6日は「ゆかりのまち提携」の日
明治時代に、上板町出身の中川虎之助さんが、沖縄県の石垣島でサトウキビ畑を開墾したことでつながり、2000年10月6日に、上板町と沖縄県石垣市が「ゆかりのまち提携」を結びました。
ゆかりのまち提携の記念日にちなんで、10月2日の給食に沖縄らしい食材を取り入れています。
○こくとうパン
○もずくスープ…もずくは海藻の一種で、沖縄県の特産品です。生産量は全国一位で、約90%を占めています。
○沖縄県産パイナップルクレープ…沖縄を代表するフルーツのパイナップルを使用したクレープです。サトウキビがつかない石垣市(沖縄)とのゆかりのまち。自分たちの町のことも、沖縄県石垣市のことも、食べ物を通して興味をもつ機会にしたいですね。

10/6 十五夜
※じゅうごや 秋の夕べ
※毎年日付が変わる
十五夜は別名「いも名月」です。いも名月にちなんで、給食でも里芋のみそ汁や、十五夜デザートを出します。

10月10日は「目の愛護デー」
ビタミンAを含む食品を意識してろう!
かぼちゃ, にんじん, ほうれん草, うなぎ, レバー
ビタミンAは油と一緒にとると吸収がよくなります。

今日の地産地消
☆徳島県産…牛乳・わかめ・すだち・れんこん・たけのこ・さつまいも
☆上板町産…米・しいたけ・チンゲンサイ
お米は9月から今年産の新米になりました。上板町産のアキサカリです。おいしく大切にいただきます。