

12月給食だより

令和6年度

境港市学校給食センター

メリー
クリスマス！



お魚&やさしい愛ディアレシピ

優秀賞決定！！

市内小学校5年生から中学校3年生を対象に、「境港のお魚&やさしい愛ディアレシピ」を募集したところ、104点の応募がありました。その中から「優秀賞」に選ばれた方のお名前と作品名を紹介します。

- ★渡小 早川 奏多さん 「いわし団子とたっぷり野菜のみそ汁」
妹尾 和弥さん 「簡単ふわふわツミレ団子汁」
- ★外江小 柏木 希依さん 「鮭の洋風おこわ」
道田 龍明さん 「みつ葉とちくわのかき揚げ」
杉山 さくらさん 「境港のサーモンスープ」
水口 恵太さん 「なしときゅうりの角切りポテトサラダ」
- ★余子小 濱口 夢芽さん、藤井 奈々香さん、西山 ゆのさん、出澤 泰佑さん、澁山 和さん
「境港高級サーモンスープ」
三宅 凜さん、新川 瑠月さん、眞木 心湖乃さん、阿部 桃花さん、大田 暖さん
「境港愛たっぷり汁」
- ★中浜小 渡部 葵衣さん 「さかい海せんかき揚げ」
房安 菜々花さん 「境港サーモンとネギの色どりグラタン」
- ★第二中 橋本 夏七実さん 「みなとまちこちゃんもほれる境港サーモンとじゃがいものグラタン」
- ★第三中 小林 羽葵音さん 「体あったかぽかぽかシチュー」

※優秀賞作品のレシピを、1月から2月の給食に取り入れて、おいしくいただきます♪。

いくつかの作品が合作となったり、食材調達の都合上、料理名を変更したりする場合があります。ご了承ください。



今年はかぜを
ひきま宣言！

かぜ予防のポイント

1 手洗い・うがいをする



2 しっかり栄養をとる



3 十分な睡眠をとる



4 マスクをつける



5 人ごみを避ける



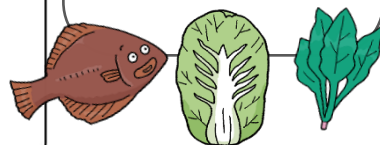
6 適度な運動をする



冬が旬の食べ物を 食べよう！

冬が旬の野菜は凍らないように甘み（糖質）を蓄え、冬が旬の魚は体に脂（脂質）を蓄えておいしくなります。

体を温めてくれるので、積極的に食べましょう。



栄養バランスよく食べて
寒さに負けない体を
つくろう！



12月の給食費の口座振替日は1月6日（月）です。
便利な口座振替を利用しましょう。