

うんまか



発行：令和7年6月
えびの市防災食育センター
第2号

地産地消週間！宮崎の食べ物たくさん登場

6月9日～6月13日は地産地消週間でした。地産地消週間をとおして、地産地消の良さや、宮崎のおいしい食材の魅力を子どもたちに伝えたいと考えています。

特に、えびの産宮崎牛カレーとメロンのフルーツポンチの日は、子どもたちが喜んで食べていたと聞き、防災食育センターの職員みんなでうれしい気持ちになりました！子どもたちの「おいしい！」の聲が一番の励みになります♪



みやざき
宮崎グリーンメロ
ンを使用しました！



リクエスト献立アンケート結果発表

毎年、小学校6年生と中学校3年生を対象にアンケートを実施しています。主に1位～3位の献立を紹介しますね。（今年もあげパンは大人気！）

7月は岡元小学校のリクエスト献立を提供予定です。お楽しみに！

飯野小	① カレー	② あげパン	③ フルーツポンチ
加久藤小	① あげパン、チキンなんばん	③ キムタクごはん	
真幸小	① チキンなんばん	② あげパン、フルーツポンチ	
上江小	① キムタクごはん、からあげ、ナン		
岡元小	① ハンバーガー、シチュー、チキンなんばん		
飯野中	① あげパン、チキンなんばん	③ キムタクごはん	
加久藤中	① あげパン、チキンなんばん	③ カレー	
真幸中	① あげパン	② チキンなんばん	③ キムタクごはん
上江中	① キムタクごはん	② エビマヨ	③ うどん、ラーメン

7・8月のいちおし給食をお知らせ

7/8 七夕献立

- ・ キーマカレー
 - ・ チーズサラダ
 - ・ セタゼリー
- 星がいっぱいの給食です。

7/15 地産地消献立

- ・ 鶏肉とゴーヤの揚げ煮
- 旬の宮崎県産ゴーヤを使います。苦みをおさえた、食べやすい味付けです。

8/27 夏野菜献立

- ・ なつやさいカレー
- かぼちゃ、トマト、なすを使います。夏休み明けの疲れを、夏野菜の力でふきとばそう！

飯野小学校の2年生が見学に来ました

6月5日、飯野小学校の2年生が防災食育センターの見学に来てくれました。給食のクイズに挑戦したり、動画を見たり、給食を作っている様子を観察して、たくさんメモをとっていました。「だれが献立を考えているの？」「食器はどこで洗っているの？」など、質問もたくさんしてくれました。色々なことを見て、勉強してくれたようです。私たちも、元気でかわいい子どもたちの姿にいやされました。ぜひ、また遊びに来てくださいね。



給食レシピ紹介 ～田の神めし～

【材料 4人分】	【作り方】
ごはん 4人分	① しいたけは細切りにする。
鶏もも肉 60g	② ごぼうはさがきにしてあくを抜き、にんじんは小さめの拍子木切りにする。
サラダ油 小さじ1	③ 鶏もも肉は細く切る。
しいたけ 2個	④ 鍋に油を熱し、鶏肉を炒める。
ごぼう 1/2本	⑤ ④に①②③を加え、Aの調味料で味付けをしながら火をとおす。
にんじん 1/3本	⑥ ごはんに⑤を入れ、よく混ぜ合わせる。
A { 三温糖 大さじ1	
みりん 小さじ1	
薄口しょうゆ 大さじ1	