



5日 Pickup **地産地消**

神奈川県産の食品を
ふんだんに使います

かながわ産品学校給食デー

12日 Pickup **地産地消**

横浜ガストロノミ協議会考案☆

ヨコハマ魅力満載給食

21日 Pickup **新メニュー**

ふんわり揚げたかれいに、
野菜と玉子のおんをとろ〜り♪

かれいの野菜玉子あんかけ

MON

3 牛乳
ごはん

■ 鶏肉の竜田揚げ・のり佃煮

- 変わりきんぴら
- 金時煮豆
- キャベツと かぶの即席漬け
- ◇ 豆腐のみそ汁

888kcal ②32.8g

10

スポーツの日

17 牛乳
ごはん **Pickup**

■ 鶏肉とさつま芋の
オイスター炒め

- 揚げぎょうざ
- 大根ときゅうりの即席漬け
- 小松菜とこんにゃくの
ピリ辛炒め
- ◇ 豆腐とわかめの
中華スープ

842kcal ②33.6g

24 牛乳
ごはん **Pickup**

■ ビーフカレー

- ツナマヨごぼうサラダ
- のり塩フライドポテト
- ブロッコリーのスープ煮
- ◇ ジュリエンスープ

833kcal ②33.7g

31 牛乳
麦ごはん

■ 生揚げと
テンゲン菜の中華煮

- もやしときゅうりの中華和え
- にらまんじゅう
- フルーツ杏仁
- ◇ 中華玉子スープ

809kcal ②34.9g

TUE

4 牛乳
ごはん

■ 八宝菜

- 春巻・ブロッコリーの
中華スープ煮
- もやしとわかめのピリ辛和え
- 豆苗の玉子炒め
- ◇ コーンスープ

848kcal ②33.5g

11 牛乳
ごはん

■ カレービーンズシチュー

- えびと小松菜のガーリックソテー
- 押麦のサラダ
- かにクリームコロッケ
- ◇ きのことスープ

832kcal ②34.6g

18 牛乳
ごはん

■ とんカツ

- キャベツの煮びたし
- 鯉のしぐれ煮
- 里芋のポテトサラダ
- ◇ ごぼうのみそ汁

827kcal ②34.9g

25 牛乳
ごはん

■ 麻婆豆腐

- いかとテンゲン菜の炒め物
- 春雨サラダ
- ごま団子
- ◇ にらともやしの中華スープ

859kcal ②31.7g

かながわ産品学校給食デー

5 牛乳
ごはん **Pickup**

■ 肉じゃが

- 厚焼き玉子・焼きのり
- 小松菜のしらす和え
- 湘南ゴールドゼリー
- ◇ 切り干し大根の
みそ汁

800kcal ②32.6g

12 牛乳
ごはん **Pickup**

■ めかじきの彩土佐酢あんかけ
湘南ゴールド風味

- スバゲティナポリタン
- 蒸しじゅうまい
- 小松菜の
からししょうゆ和え
- ◇ かぶとコーンの
コンソメスープ

819kcal ②32.6g

19 牛乳
ごはん

■ 豚肉と小松菜の炒め物

- ◇ 和風きのこおろしソース
- かぼちゃのそぼろあんかけ
- 昆布豆
- れんこんとひじきのサラダ

841kcal ②33.7g

26 牛乳
ごはん

■ 鶏肉とかぶのクリーム煮

- さばのハーブグリル
- わかめサラダ
- みかんのシロップ漬け
- ◇ にんじんとコーンのスープ

812kcal ②37.4g

6 牛乳
ごはん **Pickup**

■ 鰹フライ・
タルタルソース

- 鶏肉と野菜のポン酢和え
- しいたけと大豆のからめ和え
- たらこにんじんの
炒め物
- ◇ じゃが芋と
ほうれん草のみそ汁

804kcal ②33.7g

13 牛乳
ごはん **新メニュー**

■ 肉野菜炒め

- ひじきと枝豆の豆腐カツ
- かぼちゃサラダ
- きんぴられんこん
- ◇ なめことねぎのみそ汁

862kcal ②33.1g

20 牛乳
ごはん **新メニュー**

■ 豚肉と
切り干し大根の煮物

- さつま芋コロッケ
- ブロッコリーのごまじょうゆ和え
- ほうれん草と
しらすの玉子炒め
- ◇ 湯葉としめじの
すまし汁

838kcal ②31.9g

27 牛乳
ごはん **新メニュー**

■ プルコギ

- カムジャジョリム
- チーズ
- キャベツののり和え
- ◇ りんごゼリー

801kcal ②32.4g

FRI

7 牛乳
雑穀ごはん **Pickup**

■ つくねの照り焼き

- 栗五目ごはんの具
- 小松菜のおひたし
- 月見団子
- ◇ 水菜とえのきたけの
すまし汁

803kcal ②33.1g

14 牛乳
黒糖パン

■ 鶏肉の
ガーリックマト煮

- ほうれん草とじゃが芋のソテー
- コーンクリームコロッケ
- バインアップルのコンポート
- ◇ キャベツと
大根のスープ

802kcal ②33.0g

21 牛乳
ごはん **Pickup**

■ かれいの
野菜玉子あんかけ

- ひじきと大豆の煮物
- 小松菜とえのきたけのおひたし
- りんごの甘煮
- ◇ キャベツのみそ汁

804kcal ②33.7g

28 牛乳
ソフトフランスパン

■ ハンバーグ
デミグラスソース

- チキンとわかめのサラダ
- キャロットソテー
- さつま芋のミルク煮
- ◇ 野菜と押麦のスープ

803kcal ②36.5g

7日 Pickup **行事食「十三夜」**

栗名月や豆名月とも
呼ばれます

17日 Pickup **秋の味覚**

旬のさつま芋を味わおう!

鶏肉とさつま芋のオイスター炒め

24日 Pickup **牛肉使用**

牛肉のうまみたっぷり☆

ビーフカレー



水曜日は
かながわ産品学校給食デー!
神奈川県産の食材を
たくさん使用します♪



食具持参のお願い
おかずに合わせて、
箸、スプーン等、清潔な食具を
忘れずに持ってきてください!

地産地消のススメ 地域で作られた食べ物を食べよう!

神奈川県では、農作物や水産物、畜産物など、幅広い食べ物が作られています。地域で生産された食材をその地域で消費することを「地産地消」といいます。今月は、毎週水曜日を「かながわ産品学校給食デー」として、神奈川県内で生産された食材を多く使用します。新鮮で美味しい地元の味を楽しんでください。

かながわ産品学校給食デーで使用する県産食材の主な生産地

県央地区

都市化が進む中でも豊かな森林と田園風景が残っています。



横浜川崎地区

県内で最も都市化が進む地域でありながら、多様な農畜産物が生産されています。

横須賀三浦地区

三浦半島の大地に広がる畑作地帯で大根やキャベツが生産されます。また、多くの港があり、漁業や海産物の養殖、しらす加工も盛んです。

湘南地区

県内の米の主産地であり、きゅうりやトマト、バラなどの施設園芸が盛んです。県内有効の果樹産地でもあります。しらすやまぐり漁も盛んです。

県西地区

海、山、川の自然豊かな地域です。県が育成した果物の「湘南ゴールド」が注目されています。

地産地消の魅力

みんなが地産地消に取り組むと、いいことがたくさん!



生産者さんの声

ハッ橋農園 代表
ハッ橋 政彦さん



ハッ橋農園は、横浜市旭区の住宅地の中にあります。代表のハッ橋さんは、農業の発展のため、農家を目指す方への研修や、食育活動にも力を入れています。



作っている野菜は年間60~70種類!

今の時期は小松菜、なす、きゅうり、大根などを育てています。とれたての美味しい野菜は農園前にある自販機や市内の直売所で販売しているほか、市場や近隣の小学校にも届けています。



地産地消の良さは、「いろいろな人と仲良くなれること」

直売所などではお客さんと直接話ができるので、野菜の旬や、その野菜を育てた過程を伝えられるのが嬉しいです。



野菜の美味しい食べ方や豆知識などをお客さんに伝えていました★

農業の一番の魅力は…

やっぱり収穫するときの嬉しさです。自分で苦労して育てた野菜を収穫する喜びや嬉しさを、みなさんにもぜひ知ってほしいです。



中学生のみなさんへ
ぜひ食べることに興味をもって、いろいろな食べ物を美味しく食べて満足してください!



食育にも力を入れています

子どもたちへ野菜について話したり、野菜の育て方の疑問や悩みに答えたりします。一緒に農園に行くこともあります。

かながわ産品学校給食デー

10月の毎週水曜日は、神奈川県内で生産された食材を多く取り入れています。
※天候等の影響により食材の産地が変更になる場合があります。

5日 湘南ゴールド(神奈川県) 小松菜(横浜市) しらす(神奈川県)

ゆめ (神奈川県) 豚肉 (神奈川県) 切り干し大根 (神奈川県)

19日 ひじき(神奈川県) かぼちゃ(神奈川県) 小松菜(横浜市) 豚肉(神奈川県)

26日 みかん(神奈川県) わかめ(神奈川県) キャベツ(横浜市) 牛乳(神奈川県) かぶ(神奈川県) 小松菜(横浜市)

12日 NPO法人 横浜ガストロノミ協議会考案メニュー

シェフのコメント
様々なジャンルの料理人の集まりである横浜ガストロノミ協議会のように、和洋中の垣根を超えてハーモニーを奏でる給食を考えました。

横浜ガストロノミ協議会とは…

横浜を愛するシェフ、パティシエ、ソムリエ、バーテンダーなどの「食」のプロフェッショナル達が、横浜を「世界に通用するグルメ都市」にするという構想のもとに集い、2004年に発足しました。豊かな食文化を持つ街・横浜の国内外へのアピール、子どもや大人への食育活動、次世代の食の担い手の育成活動など様々な活動を行い、横浜の食文化をさらに盛り上げ、横浜の発展に役立てることを目的としています。

食事四季を楽しもう!

10月7日(金) 行事食 十三夜献立

10月8日(土)は十三夜です。十三夜とは、旧暦の9月13日の夜のことを言います。この日は十五夜に次いで月が美しい日だと言われ、月見をして、収穫を祝う習慣があります。十五夜がその時期の収穫物である里芋をお供えすることから「芋名月」と呼ばれるのに対し、十三夜は栗や豆が収穫できる時期であることから「栗名月」や「豆名月」と呼ばれます。

中学校給食に関するご案内

中学校給食を利用するためには利用者登録(無料)が必要です。スマートフォンのアプリを使えば簡単にご注文いただけます。給食費の支払いは前払いです。

中学校給食費 1食 330円(ごはん・おかず・汁物・牛乳)

牛乳なしのセットを選ぶこともできます。その場合は牛乳代金分を差し引きます。ごはんのサイズは3種類(小・中・大)から選べます。国産や地産産、旬の食材を多く取り入れるなど充実した内容で提供していきます。

利用登録・注文方法

STEP 1 利用登録
お手持ちのスマートフォンにアプリをダウンロードして利用者登録(無料)をします。

STEP 2 注文
アプリにログインして注文します。注文方法は3種類です。

- ① 定期注文
学校の給食のある日全ての注文を毎月自動で入れることができます。
- ② カレンダーから注文
注文したい日をカレンダーから選んで注文します。
- ③ 当日注文
給食を食べる日の前日15時から当日7時30分まで注文可能です。※ごはん(中)・おかず・汁物のセットでの提供となります。※当日注文は数に限りがありますので、なるべく事前にご注文をお願いします。

STEP 3 給食の受け取り 昼食の準備時間に、学校で指定された場所で受け取ります。

中学校給食サポートセンター 045-550-5400 (平日9時~17時) 中学校給食について、詳しくはウェブページをご覧ください。

横浜市 中学校給食 検索