

給食だより

令和8年9月29日
川崎市立末長小学校
第5号

川崎市の小学校では、全市で給食の献立は同じですが、年2回学校独自の献立（自校献立）の日があります。第1回目は、10月22日（木）の予定です。2回目は、12月下旬を予定しております。自校献立について、お知らせします。

10/22(木) じこうこんだて

<めあて> 給食を通じて、ゲンを担ぐ食事について知る。

こんだて	使用食材
ごはん	精白米
チキンカツカレー	油 豚肉 にんにく しょうが 豚肉(もも) 赤ワイン たまねぎ にんじん トマト水煮(缶詰) 中華スープの素 スープの素 粗塩 ウスターソース カレー粉 小麦粉
(チキンカツ)	揚げ油 とり肉 粗塩 こしょう 小麦粉 パン粉
紅白ピクルス	大根 にんじん パプリカ(赤) 砂糖 酢 粗塩
牛乳	牛乳

エネルギー： 714 kcal・たんぱく質： 28.1 g

10月24日に予定している運動会に向けて、皆さんの持っているパワーを発揮し、運動会を楽しんでほしいと思い、末長小学校で人気のカレーにゲン担ぎの際によく食べられている「かつ」と運動会のチーム分け（赤と白）を意識した献立にしました。

チキンカツは、1つ1つ手作りします。また、相撲の世界では鶏が二本足で立ち、手（地面）につかないという姿から、「土がつかない＝負けない」という縁起物としてよく食べられています。



10月の給食のお知らせ

※10月26日(月)は、運動会代休のため 給食なし

※10月22日(木)は、自校献立

友好都市献立「沖縄県那覇市」 10月 1日(木)

タコライス（ごはん） ベジタブルスープ 牛乳

友好都市献立「韓国・富川(フチョン)市」 10月22日(水)

ごはん ヤンニョムチキン もやしのナムル わかめスープ 牛乳

季節の食材 かぼちゃ さつま芋 里芋 じゃが芋 にんじん チンゲン菜 さけ さば かつお しらす みかん

*季節の果物に早生みかんがです。

新献立「豆腐団子汁」10月8日(木)

いつもの豆腐より水分をよく切っている「絞豆腐」と豚ひき肉などを使って、豆腐団子を作ります。

だしのうま味をたっぷり吸った和の汁ものです。

新献立「ヤンニョムチキン」10月22日(水)

揚げたとり肉にコチュジャンなどの甘辛いたれ「ヤンニョム」を絡めた韓国で代表的な肉料理です。



友好都市献立って何？

10月の給食には、川崎市の「友好都市」にちなんだ献立が登場します。

実は、川崎市と韓国・富川（プチョン）市は、平成8年10月22日に友好都市提携を結びました。今年（令和8年）で締結から30周年を迎えます。

また、川崎市は沖縄県那覇市とも友好都市提携をしており、こちらも今年で30周年となります。

この記念すべき年をお祝いし、川崎市の学校給食では、それぞれの土地にちなんだ献立を取り入れ、友好都市献立としました。その土地ならではの味を、ぜひ楽しんで味わってほしいと思います。

食育 2年 学級活動「いろいろ食べよう パート2」

7月下旬、2年生の学級活動の時間に、食育の授業を行いました。1年生の時よりも授業の内容をバージョンアップし、食べ物が働きによって3つのグループに分けられることを伝えました。

毎日食べている給食も3つのグループがバランスよくするように考えています。

授業では、これから3つのグループを満遍なく食べるためにできる自分のめあてを決めてみました。



子どもたちのワークシートより これからのめあて

三角食べをする。

苦手なものをから食べる。

苦手なものと好きなものをいっしょに食べる。



学習後のふいかえり

食べ物にはいろいろな栄養があることを初めて知りました。

牛乳といっしょに食べたら、食べることができました。

苦手なものもすこしだけど、食べることができました。

味わってゆっくりかんで食べると、さらにおいしくなりました。



保護者の方からのメッセージ

これからも工夫して苦手なものもたくさん食べられるとよいですね。

お家では野菜は食べませんが、学校ではたくさん食べているようで驚き、嬉しかったです。

小さいときに比べると、食べられるものが増えてきました。

食べ物は体をつくる大事なものだから、これからも好き嫌いせずいろいろ食べてくれると嬉しいです。