

9月給食だより

令和7年9月
川崎市立宮前平小学校
No.5



夏休みもあっという間に終わってしまいました。みなさんは、どんな夏休みを過ごしましたか？
夏休み中は、生活リズムや食生活が乱れやすいです。そして、夏休み明けは、生活リズムが乱れていると、疲れやすかったり、体調が悪くなったりしやすいです。生活リズムを整えるために、まずは、早寝早起きをし、朝ごはんを食べてから学校へ登校しましょう！



9月の献立について

9月の給食目標「給食でSDGsを考えよう」

《ねらい》SDGsについて知り、給食を通じて取り組めることを考える。

★給食目標に関連した献立

「大豆ミートについて知る献立」(3日)

麦ごはん 大豆ミートのドライカレー キャベツとじゃこの炒め煮 牛乳

大豆ミートは、家畜を育てるより環境にやさしい食材として、注目されています。豚ひき肉を減らし、その代わりに大豆ミートを使用します。



「保存食について知る献立」(8日)

ごはん さばの塩焼き 五目豆 みそ汁 牛乳



「地域でとれる果物を知る献立」(17日)

ロールパン ミートポテトのチーズ焼き コーンソテー 湘南ゴールドゼリー 牛乳

湘南ゴールドは、神奈川県で開発された柑橘類で、ゴールデンオレンジと温州みかんから作られたオレンジです。地産地消を考えるきっかけとして、取り入れます。

★新献立

「韓国風肉じゃが」(11日)

韓国風肉じゃがは、普段の給食で出ている肉じゃがを、韓国風にアレンジしたものです。

にんにくやコチジャン、ごま油などを使用します。中学校でも人気のある献立です。

★季節の食品

9月が旬の食品として、次の食品を給食に取り入れています。

えだ豆 かぼちゃ スッキーニ さやいんげん とうがん なす ピーマン 梨 しらす



給食費の引き落としについて

9月1日に第3期(7月分)、9月30日に第4期(9月分)の給食費の引き落としを予定しています。引き落とし金額は、¥4,600です。口座残高の確認をお願いいたします。

また、校外学習や振替休日等で給食の停止がある場合は、第9期(2月末)の引き落としとして調整されます。



み ちか エスディージーズ い しき
身近な「SDGs」を意識してみませんか？

今月の給食目標は、「給食でSDGsを考えよう」です。
 SDGsとは、「持続可能な開発目標 (Sustainable Development Goals)」を略した言葉で、国際連合に加盟する193の国々が、2030年までに達成すべき17の目標です。現在、世界では気候変動、飢餓、紛争、感染症など、さまざまな課題があります。SDGsは、これらの課題を解決し、世界中のすべての人びとが、安心して暮らし続けられる社会を自指すための目標です。

エスディージーズ もく ひょう

SDGs 17 の目標



- | | |
|-----------------------|----------------------|
| 1 貧困をなくそう | 10 人や国の不平等をなくそう |
| 2 飢餓をゼロに | 11 住み続けられるまちづくりを |
| 3 すべての人に健康と福祉を | 12 つくる責任 つかう責任 |
| 4 質の高い教育をみんなに | 13 気候変動に具体的な対策を |
| 5 ジェンダー平等を実現しよう | 14 海の豊かさを守ろう |
| 6 安全な水とトイレを世界中に | 15 陸の豊かさを守ろう |
| 7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに | 16 平和と公正をすべての人に |
| 8 働きがいも経済成長も | 17 パートナーシップで目標を達成しよう |
| 9 産業と技術革新の基盤を作ろう | |



にちじょうせい かつ なか

と く

日常生活の中で、できることから取り組んでみませんか？

がっ こう きゅうしょく エスディージーズ きゅうしょく と く
学校給食における SDGs 給食ではこんなことに取り組んでいます！

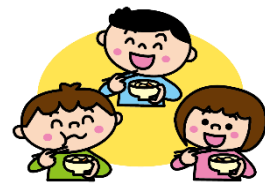
えいようばらんす かんが
栄養バランスを考えた
 献立を提供しています



ちさんちしょう すいしん
地産地消を推進し
 ています



みんなでおなじものを
 食べることができます



きゅうしょく じ かん エスディージーズ と く ひとり い しき
給食時間にできる SDGs の取り組み 一人ひとりが意識してみよう！

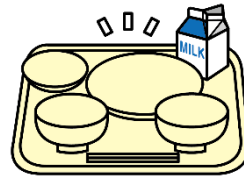
きゅうしょく ばらんす
給食から、バランスの
 よい食事について学び



しょっき たいせつ つか
食器を大切に使う



た ひと
食べられる人は、
 なるべく残さず食べる



おかわりをする時は、
 自分が食べられる量を
 考えて盛る

