

食育だより

川崎市立土橋小学校
令和8年9月4日



夏休みが終わり、学校に子ども達の元気な声が戻ってきました。夏休みは元気に過ごせたでしょうか。9月になりますが、まだまだ蒸し暑い日が続きそうです。生活のリズムを整え、しっかり食事をとって健康な毎日を過ごしましょう。

8月の給食は今年度が初めての実施となります。本校では、8月26日に給食初日を迎えました。約1か月ぶりの給食を、友達と楽しく食べている様子が印象的でした。

9月の献立変更について

給食室内の揚げ物用回転釜の調子が悪く、仕上がりに影響が出てしまうことが予想されるため、9月18日（金）に予定されていた「じゃが芋のから揚げ」を、揚げ物から、蒸し物の「粉ふき芋」に変更させていただきます。その他の揚げ物献立についても、当日に釜が不調になった場合には献立を変更する場合があります。その際には別途ご連絡いたします。

9月の献立から

9月の給食目標 「給食でSDGsを考えよう」

SDGsは、2030年まで持続可能でよりよい世界を目指すために国連が定めた世界共通の国際目標です。目標12では「つくる責任、つかう責任」と明記されており、1人当たりの食品廃棄量を全体の半分に減らすことを目指しています。

給食でも約1080食を作っていますが、献立によっては100食分以上が残菜になってしまう日もあります。子どもたちにとって身近な給食から、SDGsについて考えてみてほしいと思います。

《季節の食品》 さやいんげん えだ豆 かぼちゃ さつま芋 ブッキーニ とうがん チンゲン菜
なす ピーマン 梨 かつお しらす

新献立「ジャーチャン豆腐」

豚肉や野菜と一緒に生揚げを炒め、砂糖、みそ、オイスターソースなどで味付けをします。中国の家庭料理をベースにした献立です。ジャーチャンは「家常」と表し、中国語で「家庭の」「常に常備している」という意味があり、どの家にも常にある身近な食材で作る、日常的なおかずを指します。

新製品「トック」

トックは、韓国料理でよく使われる餅です。今回は、国産のうるち米を主原料に作られたものを使用します。日本で一般的な角餅とは異なり、韓国では鍋やスープなどの具材として食べられています。そのため、ひとつひとつが薄く、一口大で食べやすい形となっています。

給食ではビビンバと合わせて提供します。

お月見の行事食

25日（金） ごはん さばの塩焼き めった汁 月見団子
みたらしあん 牛乳

お月見とは一般的に、旧暦8月15日の「十五夜」を指しています。「十五夜」は美しい月を鑑賞しながら秋の収穫に感謝をする行事です。今年の十五夜は9月25日です。

例年、月見団子にきな粉をかけて食べていましたが、今年度は給食室で、みたらしあんを手作りして提供します。月見団子を袋から小椀に出して、みたらしあんをかけて食べます。