



令和8年 6月30日
川崎市立川中島小学校

日差しが強くなり、暑さが増してきました。いよいよ本格的な夏が到来します。気温が高くなり、暑さが本格的になってくると、熱中症や食中毒などの危険性が増えてきます。休憩をとり、こまめに水分補給をするなど、少し気をつけることで予防することができます。夏を元気に過ごすためにも、できる予防をしっかりとしていきたいですね。

7月の給食

6月に引き続き、食中毒の発生しやすい時期なので、使用する食品や調理法には十分注意して献立を作成しました。

季節の食品として、さやいんげん・えだ豆・かぼちゃ・きゅうり・ズッキーニ・とうがん・とうもろこし・トマト・にんにく・なす・すいかを使用する予定です。

7月の給食目標は「夏の食生活について考えよう」です。

「暑さに負けない食事のとり方を知る」「水分のとり方を知る」ことをねらいとして、作成しました。

給食室から

給食は7月17日(金)で終了し、夏休みに入ります。休み期間中に給食当番のかっぱう着の洗濯とアイロンがけをよろしくお願いいたします。

夏休み明けは、8月25日(火)から給食が始まります。

7月7日(火)

7月の行事食 「七夕」

七夕はもともと中国の行事で、奈良時代に中国から日本に伝わりました。願い事を書いた短冊を、笹に飾る風習があります。給食では、そうめんを天の川に見立てたそうめんスープを提供します。

ごはん さばの塩焼き 梅きゅうり そうめんスープ セタゼリー 牛乳

7月10日(金)

7月の新献立 「チキンのトマトクリームライス」

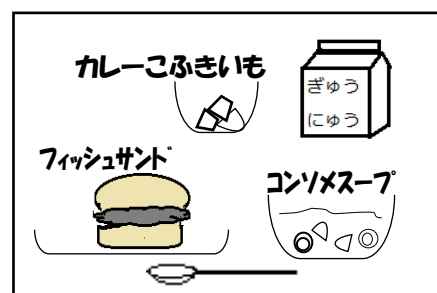
「チキンのトマトクリームライス」は新しい献立です。「チキンクリームライス」を夏の暑い時期にも食べやすいようにアレンジしました。とり肉とトマトをよく炒めて煮ることで、うま味が引きだされます。また、チーズが入りコクが加わります。ごはんと一緒に楽しむことができる献立です。

チキンのトマトクリームライス キャベツのソテー 牛乳

給食試食会報告

6月11日(木)に保護者の方を対象に、給食試食会を行いました。たくさんのご参加、ご協力ありがとうございました。アンケートの一部をご紹介します。いただいた数多くのご意見・ご感想は、今後の参考にさせていただきます。

- 濃くもなく薄くもなく、美味しかったです。
- 量も十分で美味しかったです。子どもが苦手な魚でもフライにして食べやすくなっていましたと思います。
- 全て程よい塩味を感じられて美味しかったです。見た目以上にボリュームがあり満足でした。
- 大人でも満腹になる量でした！ホキフライは衣がサクサクで美味しかったです！家庭ではスープなど濃いめの味付けにしてしまいがちですが、本来はこれぐらいで良いのだと改めて感じました。
- 全て美味しかったです。コンソメスープは私自身が子どもの頃に食べていた味付けと全く同じ味で懐かしい気持ちになりました。
- ボリュームーでお腹いっぱいになりました。スープは野菜が芯までやわらかく、食べやすく、優しい味でした。
- 自宅で作るよりも気持ち薄味に感じました。栄養士の方々が塩分等を計算されているので、健康のためにも今後自宅で作る際、毎月の献立表を参考にしようと思いました。
- 少しでもデザートがあると嬉しかったです。



試食会当日の献立

学校給食のレシピとレシピ動画を紹介しています！

学校給食で人気のある料理・ご家庭で召し上がっていただきたい料理・比較的簡単にできる料理など、学校給食で提供している料理のレシピをホームページで紹介しています。材料・作り方のほかに、料理のポイント、給食の献立例も紹介していますので、ご家庭でも健康給食をぜひ味わってみてください。

レシピ



動画

