

# 給食だよっ月

令和8年6月30日(火)  
豊島区立目白小学校

お家の方と一緒に読みましょう!

## ☆旬の食べ物をしっかり食べて、1学期最後まで元気に過ごしましょう!

1学期もあっという間に過ぎ、夏休みまで1か月を切りました。7月は、梅雨明けと同時に本格的な夏になり、暑さから食欲が落ちてくる人も出てくるのではないかと思います。給食では夏野菜が主役の献立になります。夏野菜は水分やビタミンがたっぷりと含まれているものが多いです。暑さに負けないように、夏が旬の食材を取り入れたバランスの良い食事を意識して食べ、元気に学校生活を送りましょう!

はんげしょう

### 半夏生にタコ?! 🐙

半夏生は、夏至から数えて11日目のことをいいます。半夏生までに田植えを終わらせ、「稲がタコの足のよう根付くように」という願いを込めて、タコを食べるようになったとされています。

目白小では半夏生にちなんで、たこぺったんを提供します。たこぺったんは、「給食でたこ焼きが食べたい!」という子供たちの願いを叶えるために、大田区の栄養士さんが考えたのが始まりです。大田区の知合いの栄養士さんにレシピをいただいたので、実際に大田区の給食で提供されている材料で調理します。どんな味が、お楽しみに!

### 「そうめん」は七夏の行事食 🌟

古代中国で七夕に小麦粉の揚げ菓子「素餅」を供えていたものが、奈良時代に日本へ伝わり、宮中の儀式に備えるようになりました。その後、詩歌や裁縫の上達を願って、糸に見立てたそうめんを供えるようになったといわれています。給食では、星形にんじんが入った七夕寿司や、そうめん入り 素餅の七夕汁を提供します



イラスト:セドックプラス

## 2年生が「とうもろこしの皮むき」をしました 🌽

6月22日(月)に、2年生がとうもろこしの皮むきをしました。栄養教諭から、千葉県産の新鮮なとうもろこしであること、皮をむいたとうもろこしが当日の給食に登場する、という話を聞いた後、とうもろこしの様子を観察しながら、とても楽しそうに皮むきをしていました。大切に皮むきをしたとうもろこしを無事に調理員さんに渡し、当日の給食でおいしくいただきました。他学年でも大人気で、どのクラスも食缶がほぼ空っぽでした!



栄養教諭が出題したクイズを通してとうもろこしのことを学んだ後、皮むきに挑戦しました。



ひげまできれいに取り除いたとうもろこしを、調理員さんに渡しました。



とうもろこしの粒やひげの様子を確認しながらむいていました。

とうもろこしをおいしそうに食べていました。「甘くてとてもおいしい!」という声をたくさん聞くことができました。

### 6月分 食材の主な生産地

米…秋田県(あきたこまち)・宮城県(萌えみのり) 牛乳集乳エリア…千葉県 豚肉…茨城県・群馬県 とり肉…岩手県 とりがら…岩手県 長ねぎ…茨城県・千葉県 パセリ…千葉県 トマト…東京都 小松菜…東京都 しょうが…高知県 にんじん…千葉県・茨城県 大根…東京都 きゅうり…群馬県・埼玉県・東京都 じゃがいも…鹿児島県・長崎県 たまねぎ…千葉県 キャベツ…千葉県・東京都 もやし…栃木県・千葉県 にんにく…東京都 ピーマン…茨城県 えのき…長野県 まいたけ…長野県 ほうれんそう…東京都 ちんげんさい…茨城県 冬瓜…愛知県 とうもろこし…千葉県 梅…群馬県 白菜…茨城県 さくらんぼ…山形県 りんご…青森県 メロン…茨城県 小玉すいか…群馬県