

給食だより

令和8年10月30日
豊島区立富士見台小学校
校長 田中 良行

秋は実りの季節です。新米、旬の魚や野菜、果物などが一段とおいしい時季になってきました。
寒い冬に備えて、いろいろな食べ物をバランスよく食べて、寒さに負けない体づくりをしましょう。



11月の給食目標

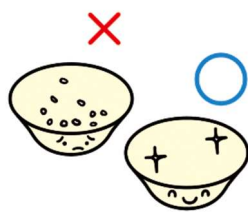
決まりを守って後片付けをしましょう

食べ残し



食べ物や作ってくれた人
たちへの感謝の気持ちを
わす
れないでね。

食器



食器は、食べ残しをつけた
ままにしないでね。

食器カゴ



食器の大きさをそろえて、
きちんと重ねてね。

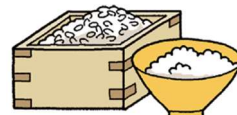
配膳台



こぼしたものを片付け、
清潔なふきんできれいに
してね。

★11月30日は宮城米給食の日★

豊島区は平成17年10月1日に、宮城県と相互交流宣言を行いました。



その交流の一つとして毎年、豊島区の小・中学生に宮城県から新米を無償でいただき、給食で
味わっています。本校では11月30日(月)を「宮城米給食の日」とし、特別栽培米「ひとめぼ
れ」のおいしい新米と、宮城県の郷土料理を給食に出す予定です。よくかんで味わいましょう。

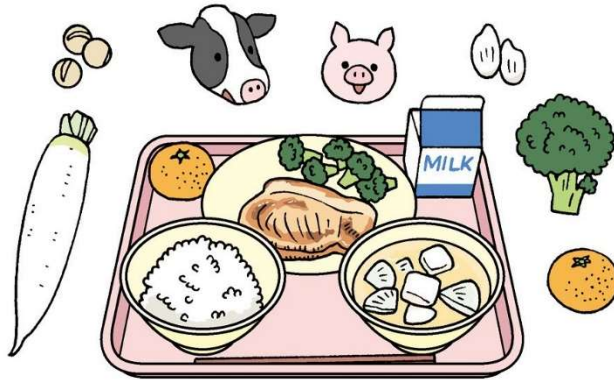
★ブックメニュー紹介★

読書月間に合わせ、本の中に登場する食べ物や本にちなんだ料理を給食に
取り入れます。本は、富士見台小の図書館にあるので、ぜひ読んでみてください♪



- 2日(月)『こぶたしよくどう』より「こぶたしよくどうのクリームシチュー」
- 5日(木)『ラーメンのおうさま』より「ラーメンのおうさま(みそラーメン)」
- 12日(木)『ぎょうざがいなくなりさがしています』より「いなくなるジャンボぎょうざ」
- 16日(月)『とてもおおきなサンマのひらき』より「とてもおおきな?サンマのしおやき」
- 16日(月)『きんぴらきょうだい』より「きんぴらきょうだい(きんぴらごぼう)」
- 17日(火)『どんぐりむらのぱんやさん』より「どんぐりむらのどんぐりパン」
- 20日(金)『あおぞらこども食堂 はじめます!』より「ハルさんのハヤシライス」
- 26日(木)『おばけのアッチ スパゲッティ・ノックダウン!』より「おひさまスパゲッティ(ミートソーススパゲッティ)」
- 27日(金)『うみのごちそうしろくま』より「うみのごちそうツナいり卵焼き」「うみのごちそうしらすサラダ」

11月23日は勤労感謝の日 感謝して食べよう！



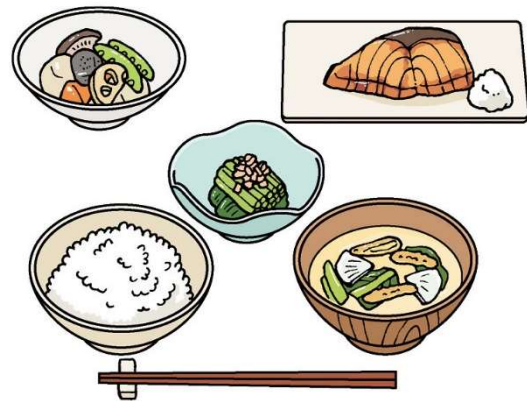
わたしたちが毎日食べている給食には、米や野菜、肉、魚など、いろいろな食品が使われています。わたしたちは、こうした生き物の命をいただいて、自分の命を養っているのです。そして、学校給食は、たくさんの人たちがかわってつくられています。その人たちに感謝して、給食をいただきます。

11月24日は
和食の日

受け継ごう 和食文化

「和食；日本人の伝統的な食文化」が、2013（平成25）年にユネスコ無形文化遺産として登録されました。

和食は、料理そのものだけではなく、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」に関する「習わし」と位置づけています。この「和食文化」を、長く将来にわたって伝えていくためにも、わたしたちで守っていくことが大切です。

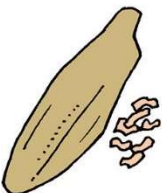


和食文化を支える いろいろなだし



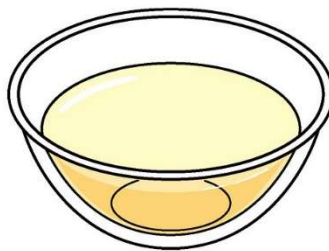
こんぶ

収穫したこんぶを干して、乾燥させたものです。



かつおぶし

かつおの身を煮てからいぶして乾燥させたものです。



煮干し

いわしなどの稚魚を煮て、干したものです。



ほ 干しいたけ

しいたけを機械や天日で乾燥させたものです。



10月の主な使用食材と産地

米	宮城県産「ひとめぼれ」「萌えみのり」秋田県産「あきたこまち」				
肉・卵	鶏肉：岩手		豚肉：群馬	卵：青森	
魚介類	いわし：三重	さくら：韓国	鮭：チリ	じゃこ：兵庫	さつま揚げ：東京
豆腐（大豆）	茨城	こんにゃく	群馬	牛乳（集乳エリア）	干葉
野菜・いも・きのこ	にんじん：北海道 たまねぎ：北海道 キャベツ：東京、群馬 栗：熊本、愛媛、茨城 小松菜：東京 大根：北海道 長ねぎ：東京 冬瓜：東京 ぶどう：長野、山梨 しいたけ：東京 じゃがいも：東京、北海道 さつまいも：東京 りんご：長野				