



10月 食育だより



町田市立成瀬小学校
校長 吉成 美紀
栄養士 杉田 理江



読書の秋！！

「おはなし給食」を実施します

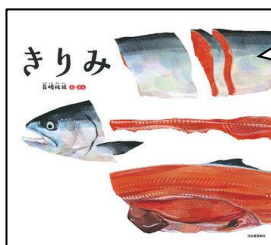


食欲の秋、芸術の秋、そして読書の秋！！今年も、図書室にある本に出てくるメニューを給食に登場させる「おはなし給食」を実施します。食べ物が出てくる本というのは、とても多く、それだけ「食」がみなさんの生活と深くかかわっているということだと思います。この機会に、たくさん本を読んでみてください。



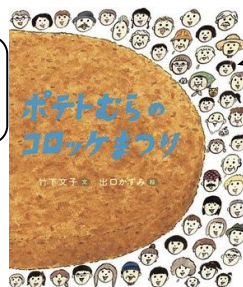
2日：「きょうさがいなくなりさがしています」より 「いなくなったジャンボぎょうざ」

「ほんじつ ごご2じごろ おおばまちにらやまのぎょうざがいなくなりさがしています。とくちょうは....」町の放送を聞いたとしおくんはびっくり。ぎょうざが消えた!?なにがあったの?考えをめぐらせるとしおくんでしたが....。



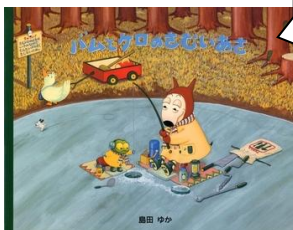
7日：「きりみ」より 「さけのきりみのきのこあんかけ」

このきりみ、さかなのどのぶぶん?もとはどんなすがた?サケ、マグロ、タコから、カツブシまで。魚や水生生物を専門に描く画家による美しい絵本です。



9日：「ぼてとむらのコロケまつり」より 「ポテトむらのコロケ」

たくさんとれたじゃがいもを見て、ポテトおばさんは考えました。「なにがびっくりするような面白いことはできないかしら?」村の人たちが力をあわせて、コロケづくり大作戦がはじまります!ほくほくおいしい楽しいお話。



8日：「バムとケロのさむいあさ」より 「バムのさつまいものシチュー」

はなが凍りそう火曜日の寒い朝、こんな日は池も凍っているはず。スケートとつりの道具を持って、バムとケロが池に行ってみると……。あひるのカイちゃん....。



10日：「ひるごはん」より 「スパゲッティナポリタン」

おなべにスパゲッティをパラリ。ぐつぐつぐつ、よし、いいかんじ! ピーマン、ウィンナー、ケチャップいれて、スパゲッティとまぜまぜしたら、あっというまに美味しいナポリタンのできあがり!



17日：「給食室のいちにち」より 「給食室の手作りカレーライス」

給食はどうやってできるの? 栄養士ってどんな仕事?身支度、検収、打合せ、調理、片づけ、食に関する指導、献立づくりまで、小学校の給食室と栄養士の現場をいきいきと描きます。安全でおいしい給食はどのようにして教室まで届けられるのか、楽しく学べる絵本です。



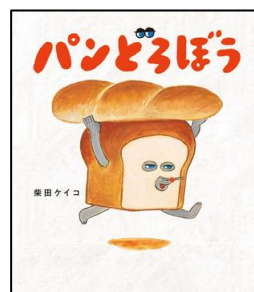
23日：「うろおぼえ一家のおかいもの」より 「ひき肉ととうふの煮込み」

「うろおぼえ」なのに、お買い物!これは波乱の物語の予感です。どうやら、このアヒルの一家、みんながみんな「うろおぼえ」気質。朝、「あれ、なんではやおきたんだっけ?」「たしか、『お』がつくものをするためだったきがするなあ。」「おさんぽ?」「おなら?」「ちがうよ、そうだ、おかいものだよ!」



21日：「武将メシ」より 「信玄のほうとう」

現代とは大きく異なる食料事情であった戦国時代、『食』こそがひとつの武器であった。豆味噌で天下を取った秀吉、大豆パワーで頭脳を磨いた政宗!武田信玄の武力を支えたのは「ほうとう」だった!



24日：「パンどろぼう」より 「パンどろぼうトースト」

ふっくらやきたてをねらう。いただくパンはひとつだけ。いただくときはかんしゃをこめて。それは、パンどろぼうの掟!パンどろぼうは、おいしいパンを探し求める、パンそっくり?!の、おどろぼうなのです。パンどろぼうのしょうたいは!?



29日：「栗原新平のギッズキッチン」より 「わかめと豆腐のみそ汁」

「上手につくれたね!」は子どもの成功体験につながる「魔法の言葉」。料理は「子どもの想像力」と「段取り力」を格段に伸ばします。まずはお手伝いから徐々にステップアップ。卵料理、サンドイッチ、焼き魚、おひたし、みそ汁など、挑戦しやすいレシピが満載です!



31日：「かぼちゃスープのおふろ」より 「かぼちゃスープ」

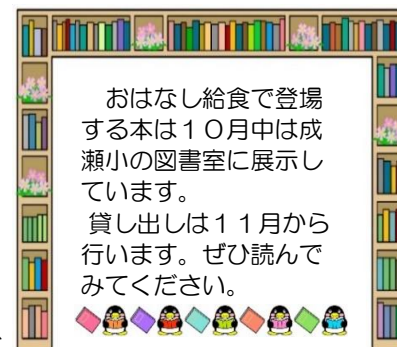
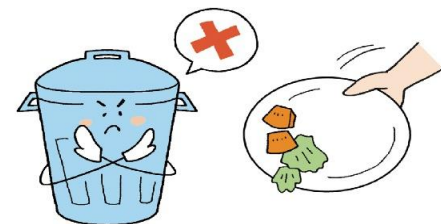
ある寒い日。真っ白いふかふかの冬毛がおそろいの、くまさん、アルパカさん、ねこさんの仲良し三人組は、たくさん遊んでおなががベコベコ。近道しようと森の中を進むと、いいにおい!看板には「かぼちゃスープのおふろ」とあります。「ごじゆうに おはいいください。ただし、なかの スープは ぜったいに のまないように。」と書かれてあるので、早速入ったのですが、いいにおいに連れられてつい.....。

参考： 絵本ナビ

9月の給食で使用した主な食材の産地について(9/2~9/29)

にんにく	青森	小松菜	東京 埼玉	白菜	長野	豚肉	神奈川 群馬
しょうが	高知	ほうれん草	東京	もやし	栃木	鶏肉	岩手
大根	北海道	じゃがいも	北海道	まいたけ	群馬	いりこ	尾道
とうもろこし	北海道	さつまいも	千葉	長なす	町田	鮭	北海道
玉ねぎ	北海道	れんこん	茨城			さんま	北海道
キャベツ	長野	しめじ	長野	みかん	静岡	ししゃも	ノルウェー産
人参	北海道	えのき	長野	梨	福島	いか	ペルー
きゅうり	福島	ごぼう	青森	りんご	長野	助宗たら	アラスカ
ねぎ	青森	にら	茨城	れもん	愛媛 宮崎	さわら	韓国
とうがん	町田	みつば	静岡	巨峰	山梨	鶏卵	岩手
セロリ	長野	里芋	千葉	ブルーベリー	町田	卵	うすらの卵 神奈川県

10月は 食品ロス削減月間



おはなし給食で登場する本は10月中は成瀬小の図書室に展示しています。貸し出しは11月から行います。ぜひ読んでみてください。

