

2026年度

# 6月 給食だより



町田第六小学校  
校長 秋場 栄美  
栄養士

梅雨の時期ですね。細菌性のサルモネラや、カンピロバクターによる食中毒はこの時期に起こりやすいです。給食室では引き続き細心の注意を払って給食作りに取り組みます。

## ◆よくかんで食べよう ~6月4日から10日は歯と口の健康週間~

6月4日から歯と口の健康週間が始まります。それにちなんで、5日~10日はかみごたえのある献立がでます。4日(木)は「いかの香味焼き」、5日(金)「青のりビーンズ」、8日(月)「あげごぼうのサラダ」、9日(火)「かみかみ佃煮」です。よくかんで食べましょう!



## ◆そら豆のさやむきをします

1日(月)はゆでた「そら豆」を提供します。そら豆は1年生にさやむきをしてもらいます。ご家庭でもそら豆をむいたときのこと、食べたときのことなどをお子様に聞いていただけたらと思います。

## ◆6月の給食について

### あじさいゼリー・梅ごはん

11日(木)は「入梅」です。入梅とは、梅の実が黄色く色づき、梅雨に入る頃を示します。そこで、8日(月)に梅雨の時期に咲くあじさいに見立てた『あじさいゼリー』を出します。ぶどう味やカルピス味のゼリーを小さい四角に切り、あじさいを表現します。また、11日(木)は『梅ごはん』を出します。細かくきざんだかりかり梅、じゃこ、ごまが入った食が進むごはんです。



## スイミー献立

15日(月)は2年生の国語で学ぶ、「スイミー」にちなんだメニューです。スイミーが会ったにじ色のゼリーのようなくらげをイメージしたレモンゼリー、ドロップみたいな岩から生えているこんぶやわかめの林のすまし汁、そして、仲間たちとつくった一ぴきの大きな魚を表現したまぜご飯を提供します。小さなかしこいスイミーのお話を想像しながら、楽しく食べてください。

## 食育の日

毎月19日は「食育の日」です。また、6月は「食育月間」とされています。給食では、19日(金)に和食を出します。昔から保存食として食べられている高野豆腐の入った「高野豆腐のそばろご飯」、ていねいにだしをとり、風味を活かした野菜たっぷりの「沢煮碗」です。和食のよさについて考えながら食べられると良いですね。ご家庭でも食について考える機会を作っていただけたらと思います。

## 夏至

21日は太陽がでている時間が1年間で1番長い、夏至の日です。関西地方ではこの季節にたこを食べる風習があります。それにちなんで給食では、22日(月)に「たこめし」を出します。たこの足ののように稲が根を張り、たこを食べて疲れをとるという意味があります。

## ◆5月に使用した主な生鮮食品などの産地

| 品目     | 産地 | 品目    | 産地 | 品目    | 産地     | 品目      | 産地       |
|--------|----|-------|----|-------|--------|---------|----------|
| 赤パプリカ  | 茨城 | 新たまねぎ | 佐賀 | ねぎ    | 群馬     | あじ      | 韓国       |
| えのき    | 長野 |       | 兵庫 |       | 茨城     | いか      | ペルー      |
| キャベツ   | 茨城 | 新にんじん | 静岡 | はくさい  | 茨城     |         | アイスランド   |
|        | 愛知 | 新ねぎ   | 茨城 | パジル   | 愛知     | ししゃも    | ノルウェー    |
| きゅうり   | 群馬 | セロリ   | 静岡 | 野菜    | 福岡     |         | カナダ      |
|        | 町田 |       | 長野 | 万能ねぎ  | 茨城     | シルバー    | ニュージーランド |
| ごぼう    | 青森 |       | 茨城 | ピーマン  | 茨城     |         | クック諸島    |
| こまつな   | 町田 | だいこん  | 町田 | ほうれん草 | 町田     | ちりめんじゃこ | 茨城       |
| さやえんどう | 福島 |       |    | もやし   | 栃木     |         |          |
| しめじ    | 長野 | たまねぎ  | 兵庫 | 果物    | 清見オレンジ | ホキ      | ニュージーランド |
| しょうが   | 高知 | にがうり  | 栃木 |       | みしょう柑  |         | オーストラリア  |
| じゃがいも  | 長崎 | にら    | 茨城 |       | レモン    |         |          |
| 新じゃがいも | 長崎 | にんじん  | 徳島 |       | たまご    |         |          |
|        |    | にんにく  | 青森 |       | こめ     |         |          |
|        |    |       |    |       |        | 肉       |          |
|        |    |       |    |       |        | ぶたにく    | 神奈川      |
|        |    |       |    |       |        | とりにく    | 群馬       |
|        |    |       |    |       |        |         | 岩手       |