

9月給食だより



2025年9月3日
町田市立鶴川第一小学校
校長 小林 繁
栄養士 塩谷 恵理

2学期が始まりました。9月に入りましたがまだまだ残暑の厳しい日が続きます。1日3食をしっかり食べるようにして、元気に2学期をスタートさせましょう！給食室では、みんなが楽しく健康に学校生活を過ごせるよう、栄養たっぷりで安全安心な給食作りに努めます。



しっかりとろう 睡眠

睡眠は、体を休め、成長を助ける大切な時間です。
小学生は9～12時間、中学生は8～10時間の睡眠が推奨されています。

夏休みは生活リズムが乱れがちですが、早起き早寝を心がけ、睡眠時間を確保することが大切です。

©少年写真新聞社2025

☆ 9月の給食 ☆

☆9月9日(火) 重陽の節句の行事食

9月9日は重陽の節句です。重陽の節句は、菊を用いて長寿を祈る行事です。給食では、菊の花を使って、菊花和えを作ります。



☆9月16日(火) 世界の料理の給食～アメリカ合衆国～

給食で世界の料理を紹介する「世界の料理の給食」です。9月はアメリカ合衆国の料理を作ります。スラッピー・ジョーはトマトケチャップなどで味付けしたひき肉をパンに挟んで食べるアメリカ料理です。食べる時に具が零れ落ちたり、口元が汚れたりしやすいことから「汚れる」「だらしない」という意味の“スラッピー”、そして料理を考えた人が“ジョーさん”だったことから、この名前がついたそうです。

☆9月18日(木) 日本味めぐり給食～長野県～

9月25日～26日に5年生が移動教室で長野県の川上村に行くので、一足早く長野県の料理を紹介します。長野県のご当地グルメ「山賊焼き」郷土料理「おおびら汁」などを作ります。

☆9月19日(金) 秋のお彼岸の行事食

9月23日は秋分の日です。秋のお彼岸には、おはぎを食べる習慣があります。給食では、きなこ黒ごまの2種類のおはぎを作ります。



☆9月30日(火) おはなし献立

9月29日(月)から10月10日(金)は秋の読書週間です。
9月29日(月)朝、図書委員会が集会「やさいの花」の絵本の読み聞かせを行います。給食では30日(火)に絵本に出てきた野菜を使った献立を作ります。



2年生がとうもろこしの皮むきに挑戦しました！

7月11日に2年生がとうもろこしの皮むき体験をしました。最初にとうもろこしの話を聞いて、とうもろこしの皮、ひげ等を観察しながら、力いっぱい皮むきをしました。給食室へ見学に行き、とうもろこしをゆでている様子を見ました。

2年生がむいたとうもろこしは、全校でおいしく頂きました。

