

10月給食だよ

2025年9月30日
町田市立鶴川第一小学校
校長 小林 繁
栄養士

10月になり、ようやく秋の空気に変わってきました。しかし、日によっては暑さ対策が必要な時があるかもしれません。塩分、水分補給をし、運動の秋を楽しみましょう。
給食では旬の野菜や果物が多く登場します。給食献立表から秋を探してみてください。

10月16日は世界食料デー

世界食料デーとは、世界の一人ひとりが、
基本的人権である「すべての人に食料を」
のもと、世界に広がる栄養不良や飢餓、極
度の貧困を解決していくことを目的とし、
国連が制定した日です。

これを機に、食料問題の解決について調
べたり、周りの人たちと話し合ってみたり
して、解決に向けて何ができるのかを考え
てみましょう。



©少年写真新聞社2025

☆ 10月の給食 ☆



☆ 10月3日(金) 鶴川第一小学校開校記念日(10月6日)

鶴一小的の117回目のお誕生日です。お祝いにちらし寿司を作ります

☆ 10月6日(月)中秋の名月にちなんだ献立

中秋の名月は十五夜とも呼ばれ、お団子を食べながらお月見をする風習があります。給食では月見うどんとお月見団子を作ります

☆ 10月20日(月)日本味めぐり給食～北海道

毎月19日は食育の日です。北海道の郷土料理 鮭のちゃんちゃん焼きを作ります

☆ 10月23日(木)世界の料理の給食～ベトナム

世界の料理を給食で紹介する世界の料理の給食です。10月はベトナムです。ベトナム風チャーハンのコムチェン、米粉麺のフォー・ガーなどを作ります

☆ 10月30日(木)ハロウィン(10月31日)給食

10月31日はハロウィンです。一日早いですがパンプキンパイを作ります

☆ 10月31日(金)十三夜(11月2日)にちなんだ献立

十三夜は栗の収穫をお祝いするため、栗名月とも呼ばれます。十五夜と十三夜の両方をお祝いすることで秋の収穫への祈りが叶うといわれています。

《9月の産地》 9月24日まで 人参(北海道)、玉ねぎ(北海道)、じゃが芋(町田・北海道)、小松菜(東京)、きゅうり(群馬)、なす(群馬)、キャベツ(群馬)、もやし(栃木)、ねぎ(青森)、セロリ(長野)、さつまい(千葉)、里芋(千葉)、ピーマン(青森)、赤ピーマン(茨城)、にんにく(青森)、しょうが(熊本)、ごぼう(宮崎)、大根(北海道)、白菜(長野)、にら(栃木)、パセリ(長野)、食用菊(山形)、しめじ・えのき・なめこ(長野)、巨峰(山梨)、ブルーベリー(町田) ぶり(長崎)、赤魚(大西洋・アメリカ)、鮭(北海道)、いか(ペルー)、ししゃも(ノルウェー)、豚肉(神奈川)、鶏肉(岩手)、うるち米(千葉)、もち米(国産)、牛乳・集乳エリア(北海道・青森・岩手・宮城・山形・埼玉・栃木・福島・群馬・千葉・神奈川・静岡・愛知・三重)