

7月給食だより

2026年6月29日
町田市立
鶴川第二小学校
No.4

7月の予定と献立内容



7月1日(水) インドネシア料理 / 7月15日(水) 南アフリカ料理

東京2020オリンピック・パラリンピックをきっかけに、町田市がインドネシアと南アフリカ共和国のホストタウンとなりました。町田市では、交流を図る取り組みの1つとして、給食でそれらの国の料理を提供しています。

1日のインドネシア料理では、『ナシゴレン』と『ソトアヤム』を出します。ナシゴレンの「ナシ」はごはん、「ゴレン」は炒める、を意味しています。



15日の南アフリカ料理では、『ペリペリチキン』と『チャカラカ』、『ポットジェコ』を出します。また、7月18日は「ネルソン・マンデラ国際デー」です。ネルソン・マンデラは南アフリカ初の黒人大統領で、95年の生涯のうち67年を世界平和のために費やしたそうです。このことから、国連は、ネルソン・マンデラの誕生日である7月18日を「世界の人々の誰かの幸せのために67分を費やす日」として定めたそうです。各日の詳しい献立内容については当日の給食通信に載せます。世界の料理を食べて、各国の食文化に触れましょう！

7月2日(木) 半夏生

「半夏生」は夏至の日から数えて11日目をさします。(今年は7月2日です)農作業の目安とするための雑節のひとつで、田植えを終わらせる目安となる日です。半夏生の日に関西では、「稲の苗がタコの足のようになりしっかりと大地に根付くように」という願いを込めて「たこ」を食べる風習があります。そこで2日の給食には『たこのガーリックチャーハン』を出します。今年の豊作を願って食べましょう♪



7月6日(月) 七夕

七夕は、牽牛(彦星)と織女(織姫)が天の川をはさんで離れ離れになり、年に1度だけ会うことを許されたという中国の伝説から生まれた行事です。一足早い6日の給食では、七夕の行事食である「そうめん」と、夜空をいろどる「星形のトッポギ」を汁に入れます。



7月8日(水) 2年生『とうもろこしの皮むきをしよう!』

夏が旬の野菜「とうもろこし」について学習し、給食に使用するとうもろこしの皮むきをします。皮をむいたとうもろこしは、給食室でゆでて給食の一品になります。季節の野菜に親しみ、季節の味覚を味わう、よい体験になればと思います。



※2年生の保護者の皆様にはエプロン・三角巾などのご準備をよろしくお願いいたします。

7月9日(木) まち☆ベジ 給食の日



町田市では地場農産物利用促進の一環として、市内の全小学校で、年2回「まち☆ベジ 給食」を実施しています。9日は町田市産のトマト・ピーマン・玉ねぎ・じゃがいも・にんじん・かぼちゃ・なすを使った『夏野菜のカレーライス』を出します。また、町田市産のきゅうり・キャベツ・にんじん・玉ねぎを使った『海藻サラダ』も出しますよ。9日以外にも、7月の給食には「まち☆ベジ」が数多く登場予定ですので楽しみに♪

7月16日(木) 給食委員会企画：セレクト給食♪

1学期最後の給食は、給食委員会企画のセレクト給食です♪今回は、3種類のゼリー(カルピス・ぶどう・りんご)の中からそれぞれ好きな味を選択します。「自分で選ぶ」ということは、自分の健康や好みを考える第一歩になります。もう少しでいよいよ夏休みです。3食しっかり食べて、規則正しい生活を心がけましょう！

「セレウス菌」食中毒を防ぐポイント

| | |
|---|---|
| <p>野菜はよく洗う、 食材の中心部まで しっかり加熱 するなど、 衛生的に調理する。</p> | <p>調理後は 室温に放置せず、 なるべく早めに 食べきる。</p> |
| <p>料理は小分けにして冷まし、 冷蔵庫で保管する。</p> | <p>料理を 持ち歩く場合は、 保冷剤や 保冷バッグを使い、 涼しい所で保管する。</p> |

<2学期の給食は9月2日(水)開始予定です。>
ランチョンマット・ハンカチ・マスク、当番で白衣を持ち帰った人は白衣を忘れずに！
元気な皆さんと2学期に会えるのを楽しみにしています♪

給食食材の産地 (2026年6月)

| 品目 | 産地(都道府県名) | 品名 | 産地(都道府県名) | 品名 | 産地(都道府県名) | 品名 | 産地(都道府県名) | 品名 | 産地(都道府県名) |
|--------|-----------|--------|-------------|-----------|-----------|---------|-----------|--------|-----------|
| アスパラガス | 香川 | にら | 栃木 | にんじん | 千葉 | メロン | 茨城 | 黒砂糖 | 沖縄 |
| キャベツ | 神奈川・茨城・長野 | にんにく | 青森 | だいこん | 千葉・青森 | 冷凍みかん | 愛媛 | 切干大根 | 宮崎 |
| きゅうり | 町田 | ねぎ | 茨城・長野・兵庫・秋田 | はくさい | 長野 | 精白米 | 山形 | 大豆 | 北海道 |
| ごぼう | 青森 | ピーマン | 茨城 | えのきたけ | 福岡 | ぶた肉 | 鹿児島・国産 | 白いんげん豆 | 北海道 |
| さやいんげん | 東京・千葉 | ほうれんそう | 栃木 | エリンギ | 福岡 | とり肉 | 青森 | かんぴょう | 国産 |
| しょうが | 高知 | みつば | 栃木 | しめじ | 長野 | いか | ペルー | もずく | 沖縄 |
| セロリ | 長野 | もやし | 栃木 | じゃがいも | 町田・長崎 | さわら | 韓国 | 調製豆乳 | 国産 |
| チンゲン菜 | 茨城 | れんこん | 茨城 | さつまいも | 千葉 | ししやも | アラスカ・カナダ | 豆腐 | 国産 |
| トマト | 町田 | たまねぎ | 町田・兵庫・長崎 | たまご | 埼玉 | メルルーサ | ニュージーランド | 高菜漬 | 国産 |
| なす | 埼玉 | こまつな | 埼玉 | ハレンシアオレンジ | 和歌山 | ちりめんじゃこ | 瀬戸内 | 小麦粉 | 国産 |

がつ ぎょうじ きねんび たく
7月の行事&記念日 3択クイズ



7/2 ^{はんげしやう} **半夏生**

Q. ^{のうか}農家にとって、この日は ^ひ何の目安になっている?

① ^{はたけ}畑を耕す ② ^{たう}田植えを終える ③ ^{いね}稲刈りをする

7/2 ^ひ **うどんの日**

Q. ^{しよつかん}うどんの食感がしっかりしていて ^{なん}弾力があることを何という?

① ^{あたま}アタマがいい ② ^{つよ}コシが強い ③ ^{はや}アシが速い

7/7 ^{たなばた} **七夕**

Q. ^{たなばた}七夕に食べる習慣がある ^{しゆかん}そうめんは、何からできている?

① ^{こむぎ}小麦粉 ② ^{こめ}米 ③ ^{とうふ}豆腐

7/10 ^{なつとう} **納豆の日**

Q. ^{なつとう}納豆は何を発酵 ^{はっこう}させたもの?

① ^{だいず}ダイズ ② ^{あずき}アズキ ③ ^{ピーナツ}ピーナッツ

7月下旬 ^{どよう} **土用の丑の日**

Q. ^ひこの日に食べる習慣がある ^{しゆかん}うなぎは、どこで ^{たまご}たまごを産む?

① ^{かわ}川の上流 ② ^{みずうみ}湖 ③ ^{ふか}深い海

7/27 ^ひ **スイカの日**

Q. ^{かんじ}スイカを漢字で書くと?

① **西瓜** ② **南瓜** ③ **冬瓜**

こたえ ^{はんげしやう}半夏生=② ^ひうどんの日=② ^{たなばた}七夕=① ^{なつとう}納豆の日=① ^{どよう}土用の丑の日=③ ^ひスイカの日=① (南瓜はかぼちゃ、冬瓜はとうがん)