

11月給食だより

2026年10月29日
町田市立
鶴川第二小学校
No.7

11月の予定と献立内容

11月 19日(木) 食育の日：秋田県

毎月、世界の料理や日本の郷土料理を紹介している食育の日。

11月は秋田県の郷土料理です。『きりたんぽ』はごはんをすりこぎですりつぶし、棒にぎりながらつけて焼いたものです。お米がたくさんとれる秋田県ならではの郷土料理ですね。しかしこれは正確に言うと「たんぽ」と呼ばれるのだそうです。そして食べやすい大きさに切ったものが「きりたんぽ」、さらに野菜や肉と一緒に煮こんだのが『きりたんぽ鍋』です。給食では、汁物の中に焼いたきりたんぽを入れて出します♪

また、ごはんは秋田県産のサキホコシという品種のお米を使用する予定です。

11月 24日(火) 和食の日献立

11月24日は、「いい(11)にほん(24)」という語呂合わせから「和食の日」に制定されています。日本の食文化である和食の良さを再確認し、次世代に伝えていこうという意味が込められています。給食でも日頃からごはんを中心に、「だし」のうま味を生かした汁ものや旬の食材を使用した料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、和食文化に触れる機会を大切にしています。

24日の給食では、だしで炊いた秋の香りごはんにはさばやわかめを使用したおかず、だしのうま味を味わえる汁ものを出します。

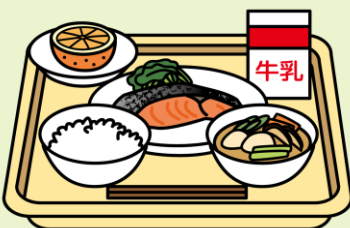


11月24日は和食の日、11月は和食月間です！



給食から学ぶ和食文化

「ご飯・汁物・おかず」を
組み合わせた、栄養
バランスのよい食事



「いただきます」
「ごちそうさま」のあいさつ
から生まれる感謝の気持ち



行事食や郷土料理など、
地域や日本に伝わる
食文化



みの 実りの季節 ～新米食べ比べ～

秋の深まりとともに、実りの季節を迎えました。今月の給食では、白ごはんの日にそれぞれ異なる品種の新米を提供し、秋の味覚を存分に味わってもらえるよう、新米の「食べ比べ」企画を実施します♪

お米は品種によって、甘みや粘り、硬さや香りにそれぞれ特徴があります。子どもたちには、味や食感の違いを感じながら、日本の豊かな食文化や米作りの恵みを楽しく知ってほしいと考えています。



- 13日(金): 新之助(新潟県産)…大粒でしっかりと噛みごたえとコクがあります
 17日(火): だて正夢(宮城県産)…もちりとした強い粘りと濃厚な甘みが特徴です
 19日(木): サキホコレ(秋田県産)…ふっくらと粒立ちがよく、上品な甘みと香りがあります
 27日(金): 富富富(富山県産)…旨みが際立ち、あっさりとしながらも豊かな味わいです

ぜひご家庭でも「今日の給食のお米はどんな味がした?」と、話題にしてみてください。

はしを上手に使って、きれいに食べよう

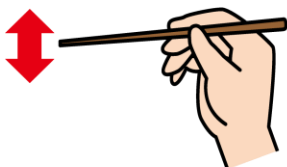
ただ も かた かく にん

正しいはしの持ち方を確認してみましょう。

1本のはしを、えんぴつを持つように、親指・人差し指・中指で持つ。



②「1」の字を書くように、たてに動かす。



③親指の付け根から、もう1本のはしを通し、薬指で支える。



④上のはしだけを動かして、はし先を開いたり閉じたりする。



した下のはしは動かしません。

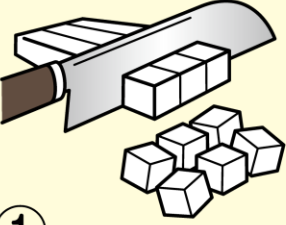
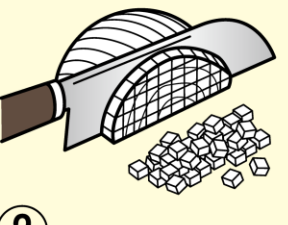
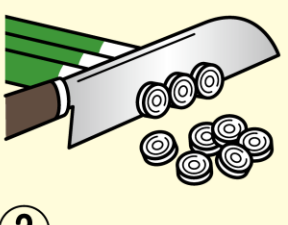
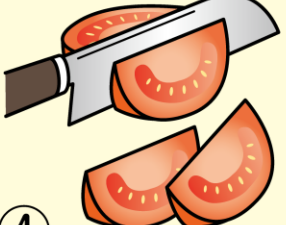
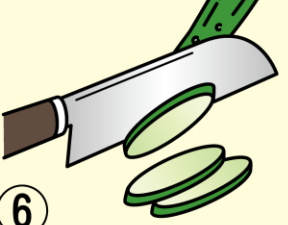
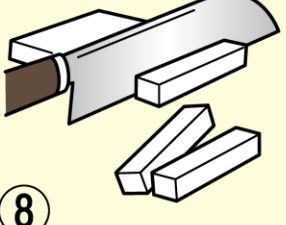
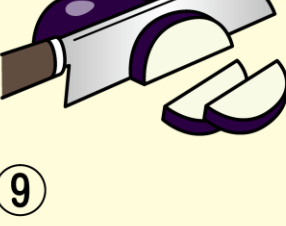
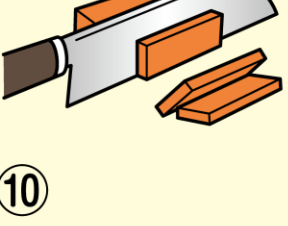
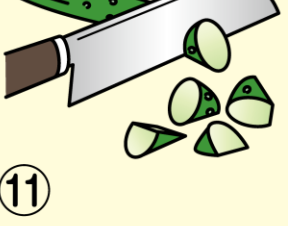
はしを上手に使えると、食べ物をこぼしたりせず、きれいに食べることができます。毎日の食事で使い方を練習していきましょう!

給食食材の産地 (2026年10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)
かぶ	青森	にんにく	青森	えのきたけ	福岡	たまご	埼玉	ホキ	ニュージーランド
キャベツ	青森・群馬・茨城	ねぎ	青森	しめじ	長野	とり肉	青森	銀だら	アラスカ
きゅうり	群馬	ピーマン	茨城	まいたけ	埼玉	ぶた肉	鹿児島・国産	銀鮭	チリ
こねぎ	福岡	もやし	茨城・栃木	さつまいも	千葉	精白米	山形	くり	国産
ごぼう	青森	れんこん	茨城	じゃがいも	北海道	もち米	秋田	豆腐・油揚げ	岩手
さやいんげん	青森	たまねぎ	北海道	ブルーベリー	町田	もずく	沖縄	切干大根	宮崎
しょうが	高知	こまつな	東京・神奈川	シャインマスカット	山形	ニギス	新潟	大豆	北海道
セロリ	長野	にんじん	北海道	みかん	佐賀	あかうお	アメリカ・大西洋	おから	国産
チンゲン菜	静岡	だいこん	群馬	りんご	秋田・山形	さば	ノルウェー	たくあん	国産
にら	茨城	はくさい	長野	かき	奈良	ちりめんじゃこ	瀬戸内	レモン汁	愛媛

野菜の切り方クイズ

野菜には、その形や調理法に合わせた、いろいろな切り方があります。
絵をヒントに、() に入る言葉を下から選んで入れましょう。

 ① () 切り	 ② () 切り	 ③ () 切り	 ④ () 切り
 ⑤ () 切り	 ⑥ () 切り	 ⑦ () 切り	 ⑧ () 切り
 ⑨ () 切り	 ⑩ () 切り	 ⑪ () 切り	 ⑫ ()

せん ひょうし木 かく角 ささがき
 ななめ みじん こぐち小口 がたくし形
 いちょう たんざく はんげつ半月 らん



こたえ

- ① かくぎ 角切り ② みじんぎ みじん切り ③ こぐちぎ 小口切り ④ がたぎ くし形切り ⑤ せんぎ せん切り ⑥ ななめぎ ななめ切り
 ⑦ いちょうぎ いちょう切り ⑧ ひょうしぎ ひょうし木切り ⑨ はんげつぎ 半月切り ⑩ たんざくぎ たんざく切り ⑪ らんぎ らん切り ⑫ ささがき