



JINSHO × SCHOOL LUNCH

6/10/1~





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食事の楽しさを
理解する

10/1

小カップ



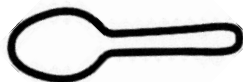
チップス
サラダ

メキシカン
ライス

チキンボール
スープ

カップ

おおざら



ブックメニュー

きょう うえ
今日のサラダの上には
ポテトチップスが乗って
います。これは「せかいで
さいしょのポテトチップス」
という本をほん さんこう づく
参考に作りました。



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食事の楽しさを
理解する

10/2



ぶどう
(1こ)

おやこどん
・のり

おおざら

げんき
サラダ

しょうカップ



ブックメニュー

今日のサラダには、^{きょう}こんぶや
かつおぶしなど^{いろいろ}色々な^{しょくざい}食材が
入っています。

これは「サラダでげんき」
という^{ほん}本を^{さんこう}参考に^{つく}作りました。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食事の楽しさを
理解する

10/3



りんごかも
しれない
ケーキ

ラグーソース
パスタ

おおざら

ポテトの
フレンチ
サラダ

小カップ



ブックメニュー

今日のケーキは、絵本の
「りんごかもしれない」を
イメージして作りました。
さて中に何が入っている
でしょうか？



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食事の楽しさを
理解する

10/4



とうふ
ステーキ

たらこ
ピラフ

おおざら

さかなと
パセリの
トマトスープ

カップ



ブックメニュー

今日のスープには、魚や
トマト、パセリなど色々な
食材が入っています。

これは「^{さんこう}11^{つく}ぴきのねこ
とへんなねこ」という本を
参考に作りました。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

10/7

小カップ



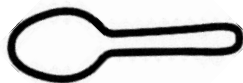
はな
シューマイ

キムチ
チャーハン

おおざら

ほうれんそうの
ひすいスープ

カップ



ひすい 「翡翠スープ」

きょう ちゅうかりょうり
今日のスープは中華料理の

ひすい ひすい
翡翠スープです。翡翠とは

ほうせき ひと ひすい
宝石の一つです。さて、翡翠は
どれでしょうか。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

10/8

おおざら



こまつなの
おかかあえ

めひかりの
からあげ

わかめ
ごはん

小カップ

さわにわん

カップ



「めひかりのから揚げ」^あ

めひかりは旨^{うま}みのある

脂^{あぶら}の^{しろ}のった白身^{とくちようてき}が特徴的で、

身^みも骨^{ほね}もやわらかいです。

さて、どんな栄^{えい}養^{よう}素^そが^{ふく}含まれて
いるでしょうか。



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

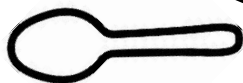
10/9

みかグラ
タン



ココア
パン

あきやさいの
スープ



カップ

「御神楽応援給食」

あした ねんせい みかぐら
明日は5・6年生の御神楽の

はっぴようかい きゅうしよくしつ
発表会があります。給食室では
それをおうえん きょう
それを応援するために、今日は
とくべつ つく
特別に「みかグラタン」を作りま
した。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
心身の健康を理解し
自ら管理する能力を
身に付ける

10/10

ブルーベリー
ホットケーキ



シシリアン

おおざら

イタリアン
サラダ

小カップ



め あ い ご 目の愛護デー

した え
下の絵のように 10 と 10 の
む か まゆ め み
向きを変えると眉と目に見える
ことからこの日を目の愛護デー
ひ め あ い ご
としたようです。今日の給食には
きょう きゅうしょく
目に良い食材を使用しています。
め い しょくざい しょう





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

10/11

はちみつ
レモン
ゼリー

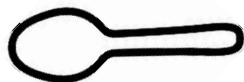


ねぎしお
ぶたどん

おおざら

ちんげん
さいの
スープ

カップ



きゅうしょく げんき
「給食で元気になるう!」

きょう きゅうしょく つか からだ
今日の給食は、疲れた体が

げんき しょくざい
元気になる食材がたくさん

はい
入っています。

ぶたにく
・豚肉・・・ビタミンB1

さん
・レモン・・・クエン酸





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

10/15

おおざら



わかめの
あえもの
とりつくね
やき

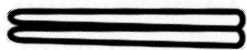


くり
おこわ

小カップ

いものこ
じる

カップ



じゅうさんや 「十三夜」

きょう じゅうさんや
今日10月15日は十三夜です。

くり まめ しゅうかく じき
栗や豆の収穫の時期でもある

くりめいげつ まめめいげつ
ため「栗名月」や「豆名月」

よ
とも呼ばれます。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
感謝の心もち
食べ物を大事にする

10/16

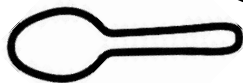
しょうカップ



ちゅうかふう
サラダ

てづくり
にくまん

トックいり
だいこん
スープ



カップ

てづく にく 「手作り肉まん」

きょう にく きゅうしょくしつ きじ
今日の肉まんは給食室で生地
からてづく
手作りしたものです。てづく
するのはじかん てま
時間は手間がかかります。
さて、そんなにく きじ
肉まんの生地は、
なに
何からできているでしょうか。



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

10/17

おおざら

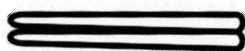


ほっけの
あきあんかけ

ひじきふりかけ

ごはん

小カップ



カップ

よしのじる

「ひじき」

きょう わしょくきゅうしょく にほん
今日は和食給食です。日本の
でんとうてき しょくざい
伝統的な食材である ひじきは
かんじ か どうぶつ かく
漢字で書くとある動物が隠れて
います。それは何でしょうか?

- ① ^{うし}牛 ② ^{うま}馬 ③ ^{しか}鹿





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

10/18



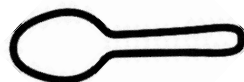
ごしき
サラダ

じゃがまる
くん

クッパ

- ・ごはん
- ・スープ

カップ



おおざら

「^た食べものの^{はたら}働き」

^{きょう}今日の^{きゅうしょく}給食には、^{さとう}お砂糖や
^{はい}じゃがいもが入っています。
^{しょくざい}これらの^{からだ}食材は^{なか}体の中で、
^{はたら}どんな働きをするのでしょうか。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

10/21

おおざら

やさいと
かてんの
すみそあえ
ししゃもの
ごまやき



まいたけ
ごはん

かみなり
とんじる

小カップ

カップ



「魚の漢字」

きょう きゅうしょく で
今日の給食に出ている
ししゃもは漢字では
どのように書くのでしょうか。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

10/22



みそ
ラーメン

カップ

たまねぎと
セロリのサラダ
キャラメル
ポテト

おおざら



「旬 さつまいも」

きょう しゅん
今日は旬のさつまいもを
から
キャラメルと絡めた「キャラメル
ポテト」です。さて、さつまいもの
はな
花はどちらでしょうか。



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

10/23

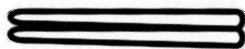
おおざら



さといもと
こんにゃくの
いために

ろっこく
なめし

小カップ



きじま
だいらむらの
きのこのみそ
しる

カップ

きじまだいらむら しょくざい 「木島平村の食材」

きょう きゅうしょく
今日の給食のなめこ・えのき・

しめじ・みそは ちやうふし 調布市の
しまいとし 姉妹都市「ながのけん長野県 きじまだいらむら木島平村」
から とど届いたものです。



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

10/24

きっか
みかん

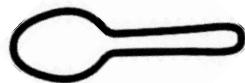


マーボー
ナスどん

おおざら

ビーフン
スープ

カップ



「旬・なす」

なすは夏から秋にかけて旬を
迎える野菜です。さて、夏のなす
と秋のなすには、どのような
違いがあるでしょうか。



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

10/25

おおざら



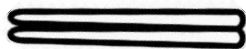
チキンチキン
ごぼう

ごはん

小カップ

おおひら
じる

カップ



「山口県郷土料理」

きょう おおひらじる やまぐちけん
きょうどりょうり おお ひら
今日の大平汁は山口県の
郷土料理です。大きな平たい
お椀に盛られることから
「大平」と呼ばれるように
なりました。



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食事の楽しさを
理解する

10/28

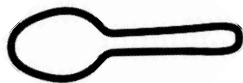
しょうカップ



コーン
フレーク
サラダ

かぼちゃの
フレンチ
トースト

ひよこまめいり
ポテトチャウダー



おおざら

「^{た も の しょっかん}食べ物の食感」

^{た も の くち なか い と き}
食べ物を口の中に入れた時に、
^{くち}口やのどで^う受ける^{かん}感じのことを
「^{しょっかん}食感」といいます。^{きょう}今日の^{きゅうしょく}給食
からどんな^{しょっかん}食感^みを見つけることが
できるでしょうか。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

10/29

おおざら



だいず
もやしのナムル

さばの
かんこくふう
やき

ごはん

小カップ

トッポギいり
キムチスープ

カップ



だいず 「大豆もやし」

きょう だいず
今日のナムルは「大豆もやし」

つか とくちょう
を使っています。その特徴は
シャキシヤキとした歯ごたえです。

しょうかん たの
食感を楽しみましょう。



JINSHO × SCHOOL LUNCH





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

10/30

小カップ

ごもく
まめ



ほっけ
かつどん
・きゃべつ

おおざら

わかめと
とうふの
みそしる

カップ



「食品ロス削減の日」

今日は食べ物を無駄にしない

取り組みをする日です。今日の

給食でも、ある工夫をしました。

それは何でしょうか？





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

10/31



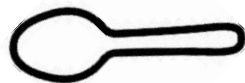
ハロウィン
クッキー

ホイ
コーロー
どん

おおざら

ごもく
ちゅうか
スープ

カップ



10月31日ハロウィン

ハロウィンにはジャックオ

ランタンとかぼちゃの

なかみ

中身をくりぬいたランタンを

かざ

ふうしゅう

飾る風習があります。



JINSHO × SCHOOL LUNCH

