



令和8年9月号  
調布市立若葉小学校

二学期がスタートします。夏休みとは違う学校の生活リズムに早く戻れるようにしましょう。秋が旬の果物や野菜、魚などの食材が給食に登場します。お楽しみに。



## 〔9月の献立より〕

### 2日(水) 災害備蓄米使用(防災の日)

→9月1日は防災の日という、大きな地震や台風などの災害に備えることの大切さを考える日です。今から103年前に関東大震災と言う東京や神奈川で発生した地震をきっかけに決められました。この日の給食では、災害用に調布市が保管していたお米をカレーライスのごはんに使います。災害時には食料が手に入りにくくなるので、日ごろから食べ物を家庭でも備蓄しておくことが大切です。



### 7日(月) 世界味めぐり給食【台湾】パイコー飯

→台湾で親しまれているごはん料理です。「パイコー」とは骨付きの豚肉の事ですが、給食では骨なしの肉を使います。味付けした豚肉に衣をつけ揚げてご飯にのせます。台湾は日本の近くに位置し、日本と同じようにご飯をよく食べる文化があります。



### 8日(火) 16日(水) ぶどう

→巨峰(きょほう)という品種のぶどうを出す予定です。日本で生まれた品種で、粒が大きく「ぶどうの王様」と呼ばれることもあります。



### 16日(水) なす

→夏から秋にかけてなすは旬(しゅん)を迎える野菜です。秋になるにつれ、なすは皮がうすくなり甘みと旨味が強くなってきます。



### 25日(金) 十五夜メニュー

→十五夜は中秋の名月(ちゅうしゅうのめいげつ)と呼ばれます。また、里芋が収穫される時期に当たることから、「芋名月」ともいわれていて、この日はすすきや月見団子、季節の果物などをお供えします。給食では白玉団子を入れた月見汁をだします。



### 28日(月) 日本味めぐり給食【山梨】

→山梨県は東京の西にある県です。富士山や南アルプスなどの山に囲まれています。太陽が出ている時間が長く、昼夜の寒暖差が大きい気候をいかしてぶどう、もも、さくらんぼなどの果物の栽培が盛んです。海に面していないので魚へのあこがれが強く、お寿司屋が多い県としても知られています。



### 29日(火) 日本味めぐり給食【京都】

→京都府は1200年以上日本の首都だった歴史を持つ古都です。京都市内だけでも2000以上の神社やお寺があります。三方を山で囲まれているので、夏は暑く、冬は寒くなります。京野菜やお茶などの食文化が発達した地域です。