

# 給食だより

7月の目標

「暑さに負けない食事をしよう」

令和3年7月号  
久喜市教育委員会

梅雨が明けるといよいよ本格的な夏がやってきます。夏は暑さで食欲がなくなったり、体が疲れやすくなったりする「夏バテ」がおこりやすくなります。夏を元気に過ごすために、規則正しい生活と栄養バランスの整った食事、十分な睡眠、こまめな水分補給を心掛けましょう。



久喜市では、現在、7つの学校給食調理施設から学校給食を提供していますが、令和3年8月からは市内すべての小・中学校に対し、久喜市立学校給食センターから提供いたします。各学校給食調理施設では、これまで長きにわたり久喜市の子どもたちにおいしい学校給食を届けてまいりましたが、今後もこれまで以上に、安全で安心なおいしい学校給食の提供に努めていきます。

<p>栗橋西小学校</p> 	<p>《栗橋西小学校給食の歴史》</p> <p>昭和33年：校名変更や校舎建築にあわせ、単独校調理場方式による完全給食を始める。</p> <p>昭和61年：栗橋西小学校に現在の調理場が設置され、現在に至る。</p> <p>平成27年：給食調理業務が民間委託になる。</p> <p>令和2年：給食業務委託会社が全農食品株式会社久喜事業所になり、現在に至る。</p> <p>学校給食提供数</p> <p>★1日約190食</p> <p>人気メニュー</p> <p>★揚げパン（ココア・きなこ）</p> 	
--	--	--

## 調理員のみなさんからのメッセージ

子どもたちの声を近くで聞くことができ、楽しく給食を作ることができました。今までありがとうございました。



## ★ 久喜市統一献立 ★

（行事食：七夕献立）7日（木）【麦ごはん 牛乳 星のコロッケ チンジャオロース セタ汁 セタゼリー】

今月の行事食は、七夕です。今回の献立では、天の川をイメージしてそうめんを使い、星に見立てたなるとや星型に型抜きをした人参を加えます。コロッケも星型にして、夜空をイメージします。7日は、天の川がきれいに見られるといいですね。

（教科と関連：小学2年国語【夏がいっぱい】）13日（火）【バターロール 牛乳 鶏のカレー風味揚げ ラタトゥイユ オクラ入りスープ】

今月は教科と関連した献立で、小学2年生の国語「夏がいっぱい」です。

夏に採れる野菜は太陽の光をたっぷり浴びて育ちます。夏の暑さで体力が落ちてしまうこの季節に夏野菜を食べると、夏バテを防いで元気に過ごす力をつけてくれます。とくに、夏の野菜には体温が上がりすぎないように調節してくれる働きもあります。

給食では、夏にたくさん収穫される野菜を採り入れました。スープにはオクラ、「ラタトゥイユ」には、なす、ズッキーニ、ピーマン、トマトが入っています。旬の夏野菜をたくさん食べて、体の中から元気になりましょう。

（かみかみ献立：こんにゃく）15日（木）【麦ごはん ポークカレー 牛乳 こんにゃくサラダ フルーツポンチ】

噛むことの効果は「あだし歯がいのち」という言葉で覚えましょう。今月紹介する噛むことの効果は「あだし歯がいのち」の「し」です。「しゃべりがはっきりする」の「し」です。

よく噛むことで、口のまわりの筋肉が発達します。そのため、しゃべる時にきれいな発音ができたり表情がきれいになったりするそうです。今日の「かみかみ献立」では、「こんにゃく」を取り入れました。こんにゃくは、くにゃくにゃとしていて、柔らかいイメージですが、きちんと噛まないと噛み切れない食べ物です。よく噛んでしっかりと、噛みきりましょう。また、しっかりと噛めるために、おいしく食べた後は、歯みがきもしっかりしましょう。

### \*栗橋西小の献立から・・・

1日：半夏生は、だいたい7月2日頃から7月7日頃までの5日間をさしますが、2021年は7月2日（金）にあたります。今ではほとんど風習が残っていないのでピンと来ない方も多いと思いますが、関西では7月2日頃に、豊作を願いタコを食べる習慣がありました。タコを食べる意味は、田んぼの稲が、タコの足のようによく根付くようにという願いから食べるようになったそうです。

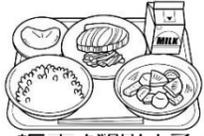
半夏生にちなんで、「たこ」を使って混ぜごはんを作ります。タコにはタウリンが含まれているので、蒸し暑くて疲れやすいこの時期にピッタリの食事です（タウリンはビタミン栄養ドリンクなどにも配合されています）。折角ですから、この時期にタコを食べて、蒸し暑いこの時期も元気にのりきりしましょう。

8日：オリジナルイラスト焼きのり・・・6年生が、オリジナルのイラストを作成してくれました。栗西小だけの焼きのりです。イラストも楽しみながら、給食を食べてください。

16日：栗橋西小学校最後の給食は、昨年度「最後に食べたいメニュー」で、上位になった、揚げパン（きなこ）を作ります。

★久喜市では、学校給食のより一層の安全・安心を確保するために、給食に使用する食材の一部又は全部を試料として、定期的に放射性物質の検査を実施しています。検査結果については久喜市のホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。

食物アレルギー、その他の疾患、宗教上の理由及び放射能を理由に給食の内容について配慮が必要な場合は、学校へお問い合わせください。



# 給食だより

7月の目標

「暑さに負けない食事をしよう」

令和3年7月号  
久喜市教育委員会

梅雨が明けるといよいよ本格的な夏がやってきます。夏は暑さで食欲がなくなったり、体が疲れやすくなったりする「夏バテ」がおこりやすくなります。夏を元気に過ごすために、規則正しい生活と栄養バランスの整った食事、十分な睡眠、こまめな水分補給を心掛けましょう。



久喜市では、現在、7つの学校給食調理施設から学校給食を提供していますが、令和3年8月からは市内すべての小・中学校に対し、久喜市立学校給食センターから提供いたします。各学校給食調理施設では、これまで長きにわたり久喜市の子どもたちにおいしい学校給食を届けてまいりましたが、今後もこれまで以上に、安全で安心なおいしい学校給食の提供に努めていきます。

## 《栗橋小学校給食の歴史》

昭和33年：校名変更や校舎建築にあわせ、単独校調理場方式による完全給食を始める。  
 昭和59年：栗橋小学校（旧栗橋東第二小学校）に現在の調理場が設置される。  
 平成13年：栗橋東第一小学校、栗橋北小学校、栗橋東第二小学校の3校が統合し、新たに栗橋小学校として、発足。給食提供数は1日約700食。  
 平成27年：給食調理業務が民間委託になる。  
 平成30年：埼玉県学校給食調理コンクール（自由献立部門）にて、1位（埼玉県教育長賞）を受賞。  
 令和2年：給食業務委託会社が全農食品株式会社久喜事業所になり、現在に至る。

## 学校給食提供数

★1日約640食

## 人気メニュー

★カレー・揚げパン・  
 ささみチーズはるまき・  
 レバーとポテトのオーロラソースあえ・  
 めくりんコロッケ・くりくりコロッケ・  
 フルーツポンチなど



## 調理員のみなさんからのメッセージ

栗橋小学校で毎日給食を作っていました。1学期の終わりまで、みなさんのよい思い出になるように、頑張っておいしい給食を作っていきます。



## ★ 久喜市統一献立 ★

（行事食：七夕献立）7日（木）【麦ごはん 牛乳 星のコロッケ チンジャオロース セタ汁 セタゼリー】

今月の行事食は、七夕です。今回の献立では、天の川をイメージしてそうめんを使い、星に見立てたなるとや星型に型抜きをした人参を加えます。コロッケも星型にして、夜空をイメージします。7日は、天の川がきれいに見られるといいですね。

（教科と関連：小学2年国語【夏がいっぱい】）13日（火）【バターロール 牛乳 鶏のカレー風味揚げ ラタトゥイユ オクラ入りスープ】

今月は教科と関連した献立で、小学2年生の国語「夏がいっぱい」です。

夏に採れる野菜は太陽の光をたっぷり浴びて育ちます。夏の暑さで体力が落ちてしまうこの季節に夏野菜を食べると、夏バテを防いで元気に過ごす力をつけてくれます。とくに、夏の野菜には体温が上がりにくいよう調節してくれる働きもあります。

給食では、夏にたくさん収穫される野菜を採り入れました。スープにはオクラ、「ラタトゥイユ」には、なす、ズッキーニ、ピーマン、トマトが入っています。旬の夏野菜をたくさん食べて、体の中から元気になりましょう。

（かみかみ献立：こんにゃく）19日（月）【麦ごはん ポークカレー 牛乳 こんにゃくサラダ フルーツポンチ】

噛むことの効果は「あだし歯がいのち」という言葉で覚えましょう。今月紹介する噛むことの効果は「あだし歯がいのち」の「し」です。「しゃべりがはっきりする」の「し」です。よく噛むことで、口のまわりの筋肉が発達します。そのため、しゃべる時にきれいな発音ができたり表情がきれいになったりするそうです。今日の「かみかみ献立」では、「こんにゃく」を取り入れました。こんにゃくは、くにゃくにゃとしていて、柔らかいイメージですが、きちんと噛まないと噛み切れない食べ物です。よく噛んでしっかり、噛みきりましょう。

### \*栗橋小の献立から・・・

1日：半夏生にちなんで、「タコ」を使って混ぜごはんを作ります。今ではほとんど風習が残っていないのでピンと来ない方も多いと思いますが、豊作を願うタコを食べる習慣がありました。タコを食べる意味は、田んぼの稲が、タコの足のようには大地にしっかりと根付くようにという願いから食べるようになったそうです。タコにはタウリンが含まれているので、蒸し暑くて疲れやすいこの時期にピッタリの食事です（タウリンはビタミン栄養ドリンクなどにも配合されています）。折角ですから、この時期にタコを食べて、蒸し暑いこの時期も元気にのりきりましょう。

9日：この日は、昨年度「最後に食べたい給食」アンケートで、5位（33票）になった、ささみチーズはるまきを作ります。理由は、今後「手作りのメニュー」じゃなくなって、温かいはるまきが食べられなくなってしまうから。でした。

14日：この日は、昨年度「最後に食べたい給食」アンケートで、4位（50票）になった、揚げパン（きなこ）を作ります。理由は、2か月に1度しかでないし、1年生の時、初めて食べた時からずっと好きで、しかも牛乳にあうから（6年生の児童）。でした。

19日：栗橋小学校最後の給食です。この日は、昨年度「最後に食べたい給食」アンケートで、1位（92票）になった、カレーを作ります。また、6位のフルーツポンチも組み合わせます。カレーの理由は、カレーは人気でおいしいからとか、1年生から食べてきたカレーがすごく心に残っているから（6年生の児童）。という理由や、フルーツポンチは、家でもそんなに食べないし、すごくおいしくて、デザートだけ好きなメニューだから。という理由がありました。

★久喜市では、学校給食のより一層の安全・安心を確保するために、給食に使用する食材の一部又は全部を試料として、定期的に放射性物質の検査を実施しています。検査結果については久喜市のホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。

食物アレルギー、その他の疾患、宗教上の理由及び放射能を理由に給食の内容について配慮が必要な場合は、学校へお問い合わせください。