

食育だより

(毎月19日は食育の日)



2025年
11月号

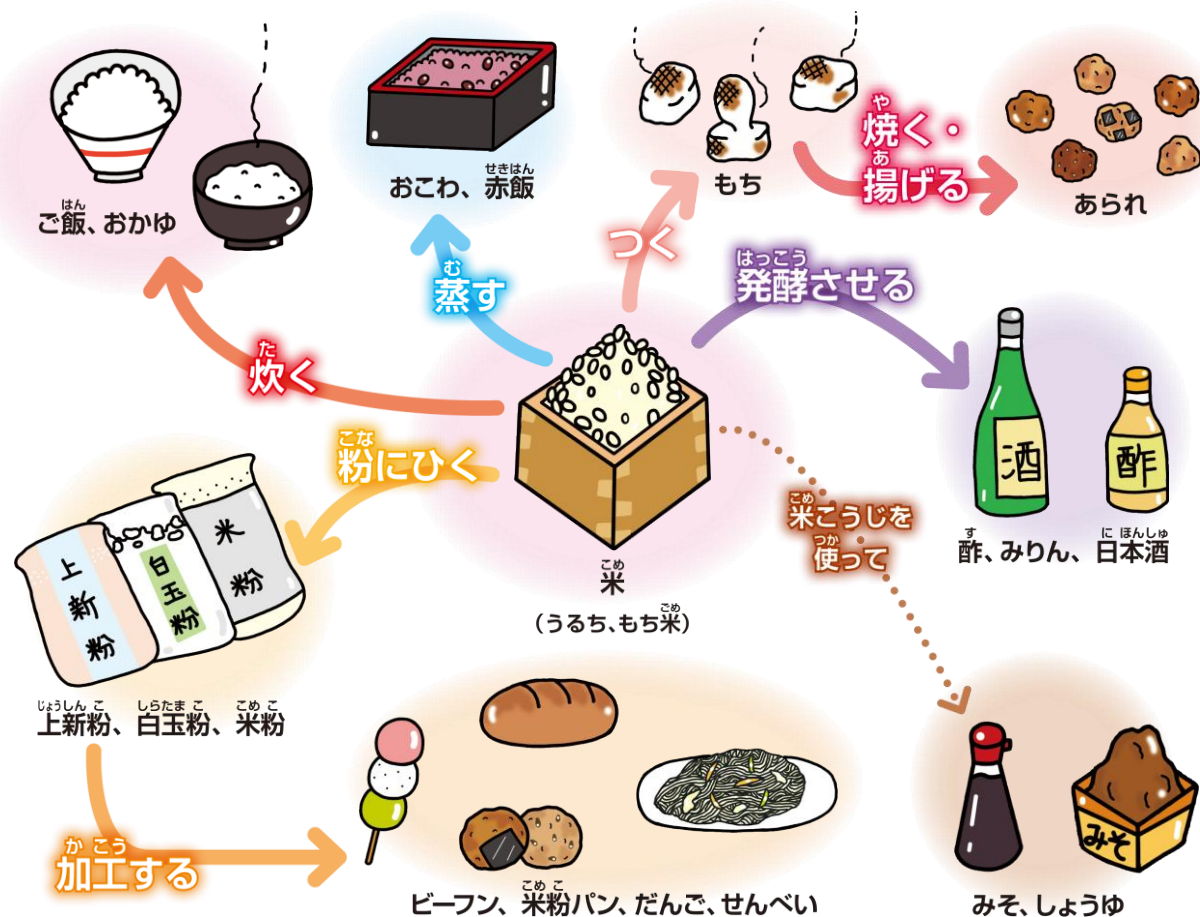
谷田川小学校

1年で一番食べ物おいしい時季…それは新米が出る今頃だという人が多いです。「米」は日本人が長い間主食として親しんできた穀物です。そしてお米を炊いて作るご飯は、和洋中どんな料理にもよく合い、水だけで炊くのでとてもヘルシーです。最近はその栄養バランスのよさから、このご飯を中心にした「日本型の食事」が世界でも注目を集めるようになりました。

11月5日は収穫祭です。自分たちが収穫したお米をカレーライスで食べますよ。楽しみです。

お米の大変身を知ろう!

日本人はお米を使って古くからさまざまな食品を生み出してきました。どのくらいご存じですか。お子さんと一緒にお米の大変身を探してみましょう。



☆10月28日(火) 2・3年生 あげパン☆



10月28日(火)の給食は、給食の王道と言われる「あげパン」でした。やはり、本校でもあげパンは大人気で、朝から子どもたちは「今日の給食はあげパンだよ!」と喜んでいました。2・3年生の教室を覗きに行くと、おいしそうにきな粉あげパンを頬張っていました。カメラを向けると、写真に映るのが恥ずかしくてなかなかこちらを向いてくれませんでした。いい表情をしていました。

☆10月17日(金) あおばリクエスト給食☆



大晴さんのリクエストメニューです♪

タンメン 牛乳
チキンカツ
ツナ和え
ぶどう



「大晴くんってタンメンが大好きなんだね。」と他学年に声をかけられていた大晴さんは、嬉しそうな表情をしていました。この日は、教頭先生と一緒に給食を食べました。麺をおいしそうにすすり、大満足の様子でした。そして、大晴さんは、野菜も大好きで、特にツナ入りがお気に入り☆他のサラダもおかわりをするほど好きです。素晴らしいですね。