



給食だより

令和8年9月1日
大田区立入新井第二小学校
校長 丸山 綾
栄養 教 諭

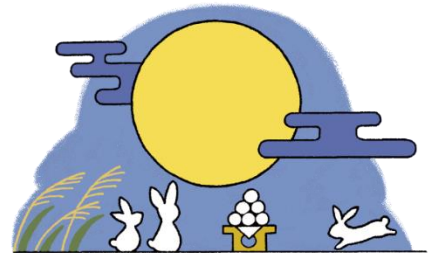
生活リズムを整える 早寝・早起き・朝ご飯

夏休みが終わり、2学期が始まりました。夏休み中に、生活のリズムが乱れてしまったという人はいませんか？ 早寝、早起きをして、食事をしっかり摂り、正しい生活リズムで過ごす、元気よく勉強したり、遊んだりすることができます。楽しい学校生活を送るために、生活リズムを見直すようにしてください。



季節の行事 十五夜

今年の十五夜は9月25日（金）です。十五夜は秋の収穫を祝って、月見団子や季節の食べ物をお供えする行事です。芋が収穫される時期なので「芋名月」や「中秋の名月」とも言います。この日の給食では、さつまいもを使ったごま団子を手作りします。



◆食育の取組の紹介◆

7月10日に2年生が、とうもろこしの皮むきを行いました。とうもろこしは、当日の給食として、全校に提供しました。2年生の児童からは、「皮やひげがたくさんあって楽しかったです。」「他の野菜の皮むきもしてみたいです。」「今まで苦手だったけれど、全部食べることができました。」といった感想を聞くことができました。



御家庭へのお願い

給食当番の児童は、御家庭からマスクの持参をお願いしています。ランドセルのポケットに予備のマスクを入れておいてください。また、当番の白衣の洗濯には香りが強い洗剤や柔軟剤の使用をなるべくお控えください。御協力をお願いいたします。



※学校公開9月12日(土)は、給食ありの4時間授業です。

9月の献立紹介♪

◆ご当地メニュー◆

こうちけん
高知県



16日(水) こうしめし かつおのカレー揚げ

「こうしめし」は、ご飯にちりめんじゃこ、たくあん、のりを混ぜたご飯です。もともとは年越しに食べる料理で、「年越しめし」から「こうしめし」と呼ばれるようになりました。また、高知県はかつおの名産地であることにちなんで、「かつおのカレー揚げ」を作ります。

かごしまけん
鹿児島県



29日(火) ^{けいはん}鶏飯 さつまいものきんぴら ふくれ菓子

鹿児島県の奄美地域には、「鶏飯」というお茶漬けのような郷土料理があります。ご飯に鶏肉、卵、しいたけ、漬物などをのせて鶏ガラスープをかけて食べる料理です。「さつまいものきんぴら」は、鹿児島県名産のさつまいもとさつまいもを炒めた料理です。「ふくれ菓子」は、黒砂糖で作る蒸しパンのようなお菓子です。

★世界の料理★

エジプト



8日(火) フィラハバネー モロヘイヤのスープ

フィラハバネーは、鶏肉にケチャップやヨーグルト、刻んだたまねぎなどのタレに漬け込み、パン粉をまぶして油で揚げた料理です。「フィラハ」とは、エジプトで鶏肉の意味です。モロヘイヤはエジプトでは「野菜の王様」と呼ばれています。昔のエジプトの王様が、モロヘイヤを食べて病気を治したことが由来です。

タイ王国



17日(木) ガパオライス

タイ王国は、東南アジアの国です。香辛料や香味野菜、ハーブを使用し、辛味、酸味、甘味などを多彩に組み合わせた味付けの料理が多いです。ガパオライスは、たまねぎやパプリカなどの野菜とバジルを加えて炒めたひき肉をご飯にかけて食べる料理です。

ちょうよう せっき
重陽の節句

9月9日(水)は、重陽の節句です。もともとは中国の行事でしたが、平安時代に日本に伝わり、現在も季節の行事として親しまれています。「菊の節句」とも呼ばれ、不老長寿の効能があるとされる菊の花を飾ったり、菊の花びらを浮かべたお酒を飲んだりします。この日の給食では、食用の菊の花と野菜を和えた「菊花おひたし」を提供します。

