



7月給食だより

令和5年7月3日
さいたま市立田島小学校

蒸し暑い日が続き、子どもたちの食欲も、やや落ちてきているように感じます。
暑いからといって、ジュースやアイスクリーム等の冷たい物ばかり食べると体調不良につながります。適切な水分補給と1日3回の食事、十分な睡眠をとって夏バテ知らずの体をつくりましょう。

★田島小学校開校49周年お祝い給食を実施します★

この日の献立は、山口校長先生が考えたスペシャルメニューです！

7月12日は、田島小学校の開校記念日です。今年で49周年を迎えます。そこで、山口校長先生がこの日のために、特別メニューを考えてくれました。みんなでおいしく食べて、田島小学校の開校記念日をお祝いしたいと思います。また、通常は全員前を向いて食べていますが、この日は久しぶりに机を向かい合わせにして、会話をしながら食べる予定です。

田島小学校開校49周年お祝い給食の献立



- ちらし寿司
- ぶどうジュース
- 照り焼きチキン
- お祝いすまし汁
- いちごのアイス



★東北復興支援わかめ給食を実施します★



1回目の6日(木)には「三陸わかめのみそ汁」、2回目の14日(金)には「三陸わかめサラダ」として提供予定です。この日のために、宮城県三陸沖で水揚げされた、おいしいわかめをPTA本部役員の皆様が手配をしてくださりました。

給食でおいしく食べて、東北の復興支援につながればと願います。



～給食の豚汁～

児童のみなさんからのリクエストにお応えして、「給食の豚汁」のレシピを御紹介します。

材料 (5人分)

- ・豚肉…50g
- ・人参(いちょう切り)…30g
- ・ごぼう(ささがき)…30g
- ・じゃがいも(厚めいちょう切り)…30g
- ・サラダ油…適量
- ・だし汁…500ml
- ・豆腐(さいの目切り)…100g
- ・大根(いちょう切り)…50g
- ・板こんにゃく(色紙切り)…50g
- ・長ねぎ(小口切り)…30g
- ・小松菜(2cm幅切り)…30g
- ・みそ…適量

作り方

- ①小松菜は茹でて、水で冷やし、しばって水気を切っておく。
- ②鍋に油を熱し、豚肉を炒める。
- ③ごぼう、人参、こんにゃくを入れて炒める。
- ④だし汁を加え、大根、じゃがいもを入れて煮る。
- ⑤豆腐を入れて煮る。
- ⑥みそを溶き入れ、長ねぎ、小松菜を入れて仕上げ。

※食材の量は目安なので、様子を見ながら調整してください。