



富田林市教育委員会
富田林市中学校給食会
令和8年3月発行

食をとおして

学んだことをふり返ろう

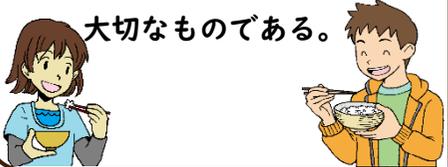
みなさんは食べたものを栄養にして、体も心も成長しています。
食べることで栄養をとるだけではなく、学んでほしいことがあります。

食の6つの学び

食は
いろいろな事に
関係があるんだね。

1

食事は、人間が生きるために
大切なものである。



2

食品の生産や物流などには
多くの人がかかわっている。



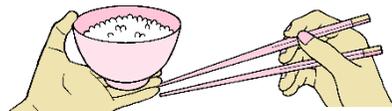
3

食中毒の予防には、
料理や食前の手洗いが役立つ。



4

食事のマナーに気を配ることは
相手を思いやることである。



5

ひとつひとつの料理に
いろいろな食品が使われている。



6

日本各地に昔から伝わる料理や
行事食といった食文化がある。



いろいろな事に思いをめぐらせて、食事を味わってください。

4月 献立掲示板

月	火	水	木	金			
<p><給食を食べる前には?></p> <ol style="list-style-type: none"> ① 机の上をきれいにし、食事ができるように勉強道具を片付けましょう。 ② 手洗いをしっかりとしましょう。 ③ つばなどが飛ばないように、できるだけ静かに給食を取りにいくようにしましょう。 					<p>入学・進級 おめでとう</p>		<p>10</p> <p>バジルソース</p> <p>バジルはイタリア料理などでよく使われるハーブの一種です。今回は、乾燥バジルを使って作ったソースを豚肉にかけます。</p>
<p>13</p> <p>タッカルビ</p> <p>「タツ」は韓国語で「鶏」を意味します。鶏肉と野菜をコチュジャンが入ったタレと一緒に炒めます。</p>	<p>14</p> <p>入学・進級 お祝い献立</p> <p>お祝い献立としてデザートにいちご蒸しパンが付きます。給食室で手作りしてあります。</p>	<p>15</p> <p>春キャベツ</p> <p>春先に収穫されるキャベツで、新キャベツとも呼ばれます。甘味が強く、葉がやわらかいのが特徴です。</p>	<p>16</p> <p>給食味めぐり 栃木県</p> <p>北関東に位置している栃木県の料理を紹介します。宇都宮ぎょうざなどのグルメも有名です。</p>	<p>17</p> <p>アルファベット マカロニ</p> <p>マカロニスープの中にアルファベットや数字の形をした小さなマカロニが入っています。</p>			
<p>20</p> <p>ホキの チリソース</p> <p>給食のチリソースは、ケチャップとトウバンジャンなどを使って作ります。食べやすくするため、辛みを抑えた味になっています。</p>	<p>21</p> <p>鯖の照り焼き</p> <p>魚へんに春と書く「鱈(さわら)」は春が旬の食材です。甘辛い照り焼きのタレとの相性も抜群です。</p>	<p>22</p> <p>スパイシー チキン</p> <p>鶏肉にカレー粉やオールスパイスといった香辛料を下味につけ、こんがり焼きます。</p>	<p>23</p> <p>ホイコーロー</p> <p>漢字で「回鍋肉」と書きます。本来は一度調理した食材を再び鍋に戻して調理することからこの料理名がついたといわれています。</p>	<p>24</p> <p>竜田揚げ</p> <p>食材をしょうゆなどの調味料で漬け込んでから、粉をつけて揚げることを竜田揚げといっています。</p>			
<p>27</p> <p>ししゃも</p> <p>ししゃもは頭からまるごと食べることができます。骨も一緒に食べることができるので、カルシウムもとることができます。</p>	<p>28</p> <p>ガーリックポテト</p> <p>ガーリックは「にんにく」のことをいいます。給食では、にんにくを細かくしたガーリックパウダーを使用しています。</p>	<p>29</p> <p>昭和の日</p>	<p>30</p> <p>もずく</p> <p>3~6月頃が旬の海藻類です。国産もずくの9割が沖縄県産です。</p>				