

10月給食たより



令和8年度
さいたま市立本太小学校
給食室

9月の献立報告

9月は雨が多く、じめじめした日が続きました。
10月は秋の献立を提供していきます！楽しみに！



9月8日(火) 牛乳

- ・ごはん
- ・かしわのすきやき
- ・もみうり
- ・巨峰

かしわのすきやきは奈良県の郷土料理です。天神様の秋祭りの時にふるまう料理で、天神様の守護物が牛のため、代わりに鶏肉ですき焼きを作るそうです。



9月17日(木) 牛乳

- ・セルフオムライス
(チキンライス)
- ・やさいのスープ煮

自分で卵をチキンライスにかけ、ケチャップで飾りつけするセルフオムライスでした。子どもたちは、楽しそうに食べている様子でした。



9月25日(金) 牛乳

- ・さんまのかば焼き丼
- ・(ごはん)
- ・月見団子汁
- ・ゆかりあえ

十五夜は1年で1番美しいと言われる「中秋の名月」を鑑賞しながら、作物の収穫に感謝をする行事のことです。月見団子汁は満月に見立てた白玉が入っています。

「防災の日」給食を実施しました！

炊き出し用アルファ米は、実際にさいたま市で備蓄されているものを使用しました。お湯だと15分、水だと60分で食べられます。非常時の準備は「ローリングストック」がおすすめです。普段から水、乾物、非常食を常備し、期限が切れる前に食べて補充することで、食べなれた味を非常時にも食べることができます。9月給食たよりのバッククッキングもぜひご覧ください。



ヨーロッパ野菜、知っていますか？

さいたま市では、地元農家が栽培の難しいヨーロッパ野菜を日本向けに品種改良して栽培しています。
レストランや学校給食、一般家庭で使用されることで、より本格的な味を楽しむことにもつながり、
地産地消の推進に取り組んでいます。

写真の野菜は、一部ですが学校給食でもよく使用されるヨーロッパ野菜です。

給食室前の黒板に掲示をしているので、ぜひチェックしてくださいね。



カリノケール



ビーツ



カーボロネロ



カラフルにんじん



フィレンツェ



カリフローレ



コールラビ



ズッキーニ

9月10日（木）には、フィレンツェとズッキーニを使用した
「豚肉と野菜のイタリア煮」を提供しました！

アンチョビやバジル、オレガノが入っていて香り高く、たくさんの野菜の
うまみが溶け込んだスープです。



★ 9月17日（木）オムライスにお絵描き（6年生・おおぞらさんの写真を撮らせていただきました。）



かわいくお絵描き
してくれました😊