

こどもの日は、毎年5月5日にある、日本の祝日だよ。  
 子どもたちが元気に大きくなることを願う日なんだ。

こいのぼり型ハンバーグの  
 照り焼きソースかけ

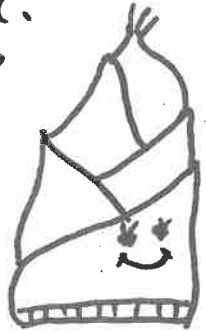
今日のハンバーグは、こいのぼりの  
 形をしているよ。こいは、流れの  
 はやい川でも、一生けんめい  
 泳いで滝をのぼる、とても強い  
 魚なんだ。立派に成長する様に  
 「立身出世」を願ってこいのぼりを  
 飾るよ。

ごぼうには、らばかの  
 中をキレイにする  
 食子回センイがたっぷり!!

金平ごぼう

ごぼうは、土の中に長く深く根をはるよ。その姿から、  
 「しっかり根をはって、たくましく生きていけますように」という願いを  
 こめて食べるよ。今日は人参やこんにゃくと一緒に甘辛く炒めて  
 いるよ。

わかめは海の  
 若竹汁中で長く伸びて  
 育つよ。たけのこは、  
 土の中から出てきて、  
 まっすぐ空に向かって  
 ぐんぐん伸びるよ。  
 どちらも春が旬の  
 食べ物だよ。



かしわもちを包んで  
 いる葉は、柏(かしわ)の葉だよ。  
 柏の木は新しい芽が出るまで  
 古い葉が落ちないことから、  
 「子孫繁栄」を願って食べるんだ。  
 よくかんで食べてね。

美味しく食べてよう!! 給食センターより

こどもの日献立について分かったかな?感想を書いてね。

---



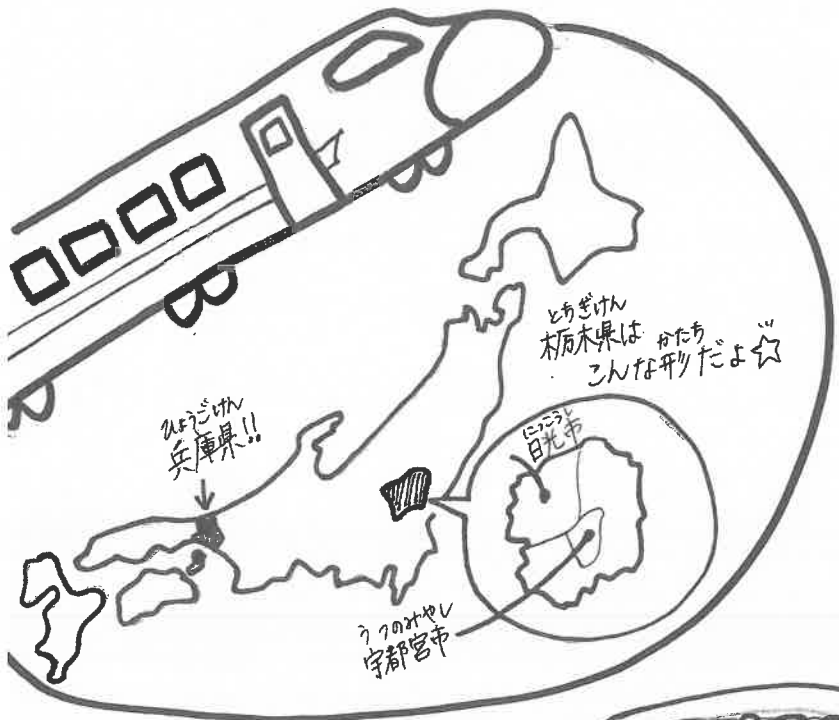
---



---

# 食育の日 献立

栃木県 5月

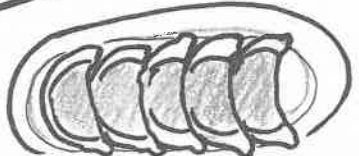


めざせ全国制覇!! 47都道府県味の旅!!

栃木県は関東地方の北部にあり、茨城県や福島県など、多くの県に囲まれた内陸県だよ。  
徳川家康がまつられている日光東照宮は、世界遺産で有名だよ!



## ぎょうざ



栃木県宇都宮市は、静岡県浜松市、宮崎県宮崎市と並んで、ぎょうざの消費量がタダいよ!  
また、ぎょうざのあんに使うことの多いニラは、栃木県が全国2位の生産量だよ。



## かんぴょう (かんぴょうの炒めもの)

かんぴょうはウリ科の仲間、ユウガオの果肉を薄く細長くむいて乾燥させたものだよ。  
全国生産量の98%が栃木県で作られているよ。  
お腹の調子を整える食物繊維が多く含まれるよ。

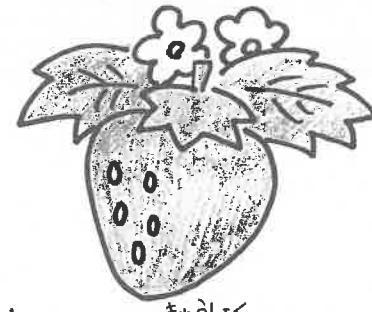


## 湯波 (ゆばのすまし汁)

日光市はゆばの特産地だよ。全国的に「湯葉」と書くけれど、日光では「湯波」と書くよ。豆乳を加熱した時にできる薄い膜を引き上げたもので、中央に串を入れて、二つ折りにしてから巻き上げるため、ボリュームがあるのが特徴だよ!

## いちご (いちごゼリー)

栃木県はいちごの収穫量が全国1位だよ!  
全国でも名の知れた「とちおとめ」は栃木県で開発された品種だよ。他にも新品種の「とちあいか」、切るとハート型になる「スカイベリー」、白いちごの「ミルキーベリー」など、数々のいちごが誕生しているよ。



給食セ：9-より

食育の日献立について分かったかな?感想を書いてね!

---



---



---

第1: 令和8年5月18日(月)  
第2: 令和8年5月19日(火) ( )小学校 ( )年 ( )組