

伊丹市 小学校給食 南大立コンクール 最優秀賞

受賞者からアピールポイント

えびのフリフリとした
食感と、牛乳を使った
まらやかなルウがポイントです。
私はクリーム系のパスタが
好きなので、みんなに
矢口、てもらいたいと思い
つくりました!!

ペンネ

今日のシチューパスタには、
ペンネというパスタを使っ
ているよ。両端が斜めに
カットされた筒状のパスタだよ。
その形がペンの先に似ている
ことから名付けられたよ。
シチューとよくからんで、とっても
おいしいよ!!



南小学校 5年生
平塚 彩実さんの
作品だよ??

シチューのルウ

給食のシチューのルウは、
バター、小麦粉、牛乳を使って、
いちからつくっているよ。
コクがあって、クリーミーに
仕上がっているよ!!

野菜たっぷり

- 人参、ブロッコリー
カロテン...免疫カアップ
- マッシュルーム
食物センイ...便秘予防
- 玉ねぎ
たんぱく質...血液さらさら

美味しく食べてね。給食センターより
コンクール南大立はおいしいかな? 感想を書いてね!!

まる た
丸ごと食べよう!

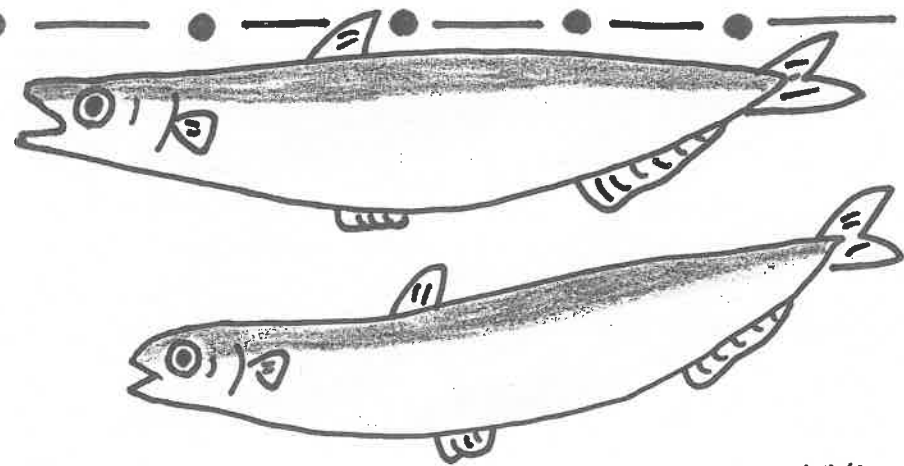
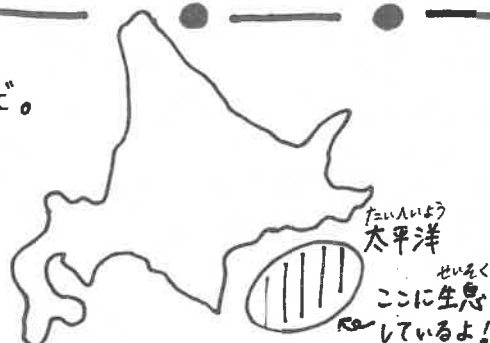
ししゃものおはなし

ししゃもは日本にだけいる日本固有の魚なんだ。

北海道の太平洋岸にしか生息していない

貴重な魚だよ!!

また、一般的に流通しているのは、
カラフトシシャモという名前の魚だよ。



ししゃもは、頭からしっぽまで食べることのできる魚だよ!

～ ししゃもの栄養 ～

カルシウム

骨や歯をつくる
もとになるよ!

ビタミンD

カルシウムの
吸収を助けるよ!

今日はししゃもを
カリッとおいしい
フライにしたよ
良かんて食べてネ!

ししゃもを食べると、強い骨を
つくることができるよ!!

給食センターより



ふゆ あじ
冬を味わおう
しろ

白ねぎ"のおはなし

白ねぎは「根深ねぎ」のことを言い、
根元の白い部分を食べることから
白ねぎ、長ねぎと呼ばれているよ。

白ねぎはツンとした香りが特徴だよ。
これは「硫黄化アリル」という成分で、
ビタミンB1が豊富な豚肉と一緒に食べると
疲れた体を回復させてくれるよ。

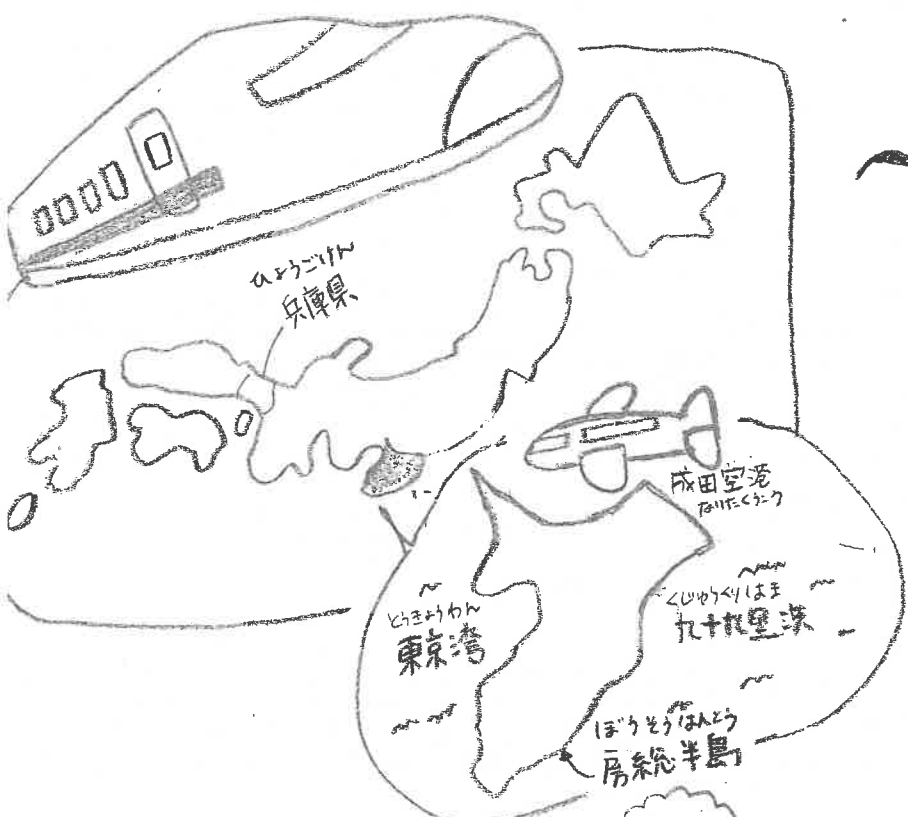
私たちの住む兵庫県では、まぼろしのねぎと
呼ばれる岩津ねぎが有名だよ。
朝来市の特産で、緑の部分もやわらかく、
甘みのあるおいしいねぎだよ!

今日は「さつま汁」に入っているよ! ~

「ししゃも」と「白ねぎ」について分かったかな? 感想を書いてね!

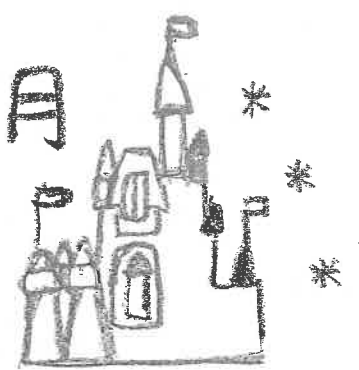
(第1) 令和8年2月10日(火)
(第2) 令和8年2月13日(金)

() 小学校 () 年 () 組



～食育の日の献立について～

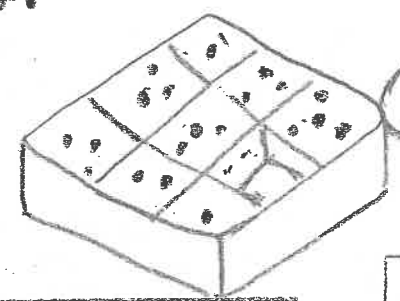
2月



めざせ!! 全国制覇!! 47都道府県の味の旅!!

千葉県

千葉県は関東地方にあるよ。東京都の東側にあって、海に面しているのが特徴だよ。房総半島と呼ばれる大きな半島があって、海にぐるっと囲まれているよ。太平洋側では、海の幸が豊富で、内陸には、米や野菜もたくさんあるよ。有名なテーマパークがある県だよ。



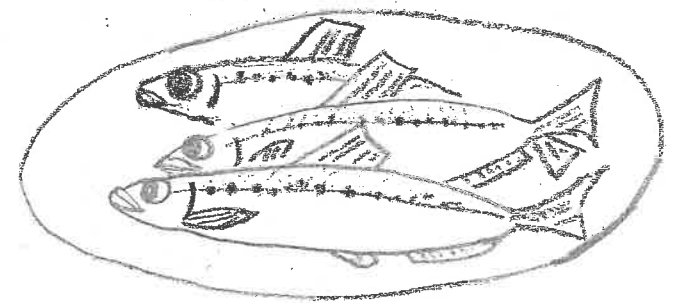
あはぎ(ぼたもち)

千葉県の郷土料理の重箱入りぼたもちは、お祭り、お祝い、お彼岸に作るよ。ぼたもちを1つずつまるめるのではなく、もち米ごはんとおあんこを重箱に敷き詰め、好みの量だけ食べるんだよ。

口末わて食べてね 給食センターより

食育の日の献立のことが分かったかな? 感想を書いてね!!

(第1)令和8年2月17日(火) ()小学校()年()組
(第2)令和8年2月18日(水) ()小学校()年()組



いわし

千葉県の九十九里浜は、日本最大のいわしの水揚げ高を誇るよ。いわしは、骨や歯を強くするカルシウムやカルシウムの吸収を手伝ってくれるビタミンDを多く含んでいるよ。今日はいわしを使ったいわし団子をお汁に入れたよ。

ごんじゅう



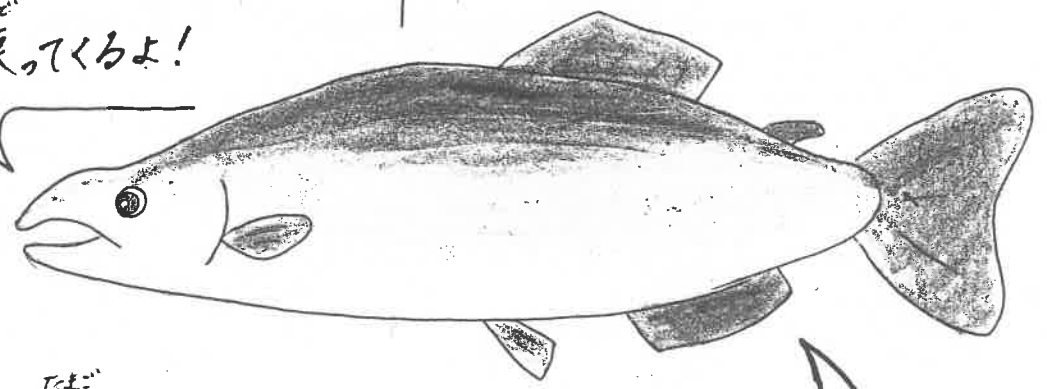
豚バラ肉と油揚げを甘辛く煮て、ご飯に混ぜたおにぎりで、千葉県館山地域で古くから食べられてきた郷土料理だよ。片手で食べられるように、おにぎりにして食べられてきたよ。ごはんのごんじゅうの具をよく混ぜあわせ、おにぎりにして食べてね。

せ かい じゅう た
世界中で食べられている

はなし
さけのお話

さけは川で生まれたあと、
海を移動しながら成長して、
2~8年後に生まれた川へ
再び戻ってくるよ！

今日は、さけと野菜が
たくさん入ったちゃんちゃん焼きだよ！
味わって食べてね 々々



さけの卵のことを
イクラと言うよ！
卵巣膜といううすい
皮をとって1つずつ
バラバラにしたものが
イクラだよ！
卵巣に入ったままの
ものをすじと言うよ！



身は赤色をしているけれど、
自身魚だよ！
エサとなるエビやカニに
含まれている「アスタキサンチン」
という赤色の色素によって
身が赤く染まっているよ。



きゅう しよく
給食のおいしいお話



ちょういん
調理員さんに聞きました！

さけのちゃんちゃん焼きのお話



さけは ボイルして 温度を
上げてから、野菜といっしょに
炒めるよ。

2種類の味噌を使って
おいしく味付けするよ。



きゅうしよく
給食センターより

さけのちゃんちゃん焼きについて分かったかな？

かんそう か
感想を書いてね！！

(1C) 令和8年2月24日(火)
(2C) 令和8年2月25日(水)

小学校 () 年 () 組