

給食だより

令和7年1月

さいたま市立大砂土小学校

新しい年を迎え、御家族で楽しく過ごされたことと思います。年末年始で生活リズムが崩れてしまった人は、少しずつ整えましょう。1月は鏡開き献立から始まり、給食週間の献立として6年生が考えた献立を多数提供する予定です。ぜひ親子で読んでいただき、御家庭で話題の1つにしていだけたらと思います。

〈全国学校給食週間について〉

毎年1月24日～30日は全国学校給食週間です。学校給食の意義や役割についてたくさんの人に知ってもらい、これからの学校給食について考えることを目的としています。本校では、給食週間の給食として、6年生が家庭科の授業で立てた献立を提供します。11月にも6年生が考えた献立を提供しましたが、そこでは紹介しきれないくらい、アイデアや思いの詰まった献立が多数ありましたので、1～5年生にぜひ紹介しようと、1月にも取り入れました。

〈6年生の献立紹介〉

1人ひとり、栄養バランスや彩り、味付けのバランス、調理方法、地場産物の使用などを考慮して、大砂土小学校の給食として提供することを見据えて献立を立てました。栄養バランスが良いことはもちろん、思いの詰まった献立が大変多かったのが印象的でした。提供予定の献立から一部を紹介します。

21日(火)

具たくさんスーパー豚汁

栄養満点の具たくさん
の豚汁を考えてくれました。
かぼちゃや蓮根などの旬の
野菜を入れたところ
がポイントです。



22日(水)

深谷ねぎとたらこのクリームパスタ

埼玉県名産の深谷ねぎを使った
パスタです。当初は和風ソースで
考えていたのですが、本校の給食
の実態を考慮して、クリームソー
スに変更してくれました。

27日(月)

Wオニオンハンバーグ

玉ねぎと長ねぎの2つの
「オニオン」を使ったソース
を考えてくれました。ねぎの
甘みを感じられる
ソースに仕上げます。



28日(火)

星型マカロニ入り
コンソメスープ

通常のシェル型のマカロ
ニに混じって星型のマカロ
ニが入っています。見つけ
たら嬉しくなるメニューを
考えてくれました。

29日(水)

埼玉野菜たっぷり

五目あんかけ焼きそば

埼玉県で生産されている野菜を
たくさん使ったあんかけ焼きそば
を考えてくれました。給食で初登
場のメニューです。



30日(木)

キャベツのチーズ昆布和え

野菜に塩昆布と粉チーズ、
ごま油で味付けをする和え物
です。給食では珍しい味付け
を考えてくれました。



★レシピ紹介★

6年生が立てた献立より1品紹介します。

キャベツのチーズ昆布和え

《材料 4人分》

キャベツ	200g
きゅうり	50g
食塩	少々
塩昆布	5g
粉チーズ	小1
ごま油	小1

《作り方》

- ①キャベツは短冊切り、きゅうりはいちょう切りにする。
- ②野菜はそれぞれ茹でて冷却し、塩をふっておく。
- ③②の野菜の水気を切り、調味料で和える。

給食では野菜を茹でて提供していますが、御家庭ではお好みで生野菜をお
使ってください。簡単にできますので、ぜひ親子で作ってみてください。

