

きょうのこんだて

3 月 1 日 (金)



- ・チキンライス
- ・クリームスープ
- ・パスタサラダ
- ・ぎゅうにゅう

《きょうの のうかさん》

キャベツ → もとはしさん

きょう がつ
今日から3月です！

こんねんど きゅうしょく のこ かい
今年度の給食は、残り**14回**になりました。

まいにち た すみよししょう
毎日モリモリ食べてくれた住吉小のみなさんへ、

きゅうしょくしつ ねんかん かんしゃ きも こんげつ こんだて
給食室から1年間の感謝の気持ちをこめて、今月の献立は、

おお
リクエストが多かったメニューをつめこみました！

ねんかん ぶん かい かんしゃ きも
みなさんも、1年間を振り返り、クラスの間みなと感謝の気持ちを

つた あ にち にち たいせつ す
伝え合いながら、1日1日を大切に過ごしてくださいね。

きょう のこ あじ た
それでは、今日も残さず味わって食べましょう！

もりつけかた



パスタサラダ



チキンライス



クリームスープ



～リクエスト
きゅうしょく～

【しるもの】

だい い

第3位！

きょうのこんだて

3 月 4 日 (月)



- ・もちらしずし
- ・すましじる
- ・ひなまつりゼリー
- ・ぎゅうにゅう

《きょうの のうかさん》

こまつな → たくらさん



きのう がつみっか ひなまつ
昨日、3月3日は「雛祭り」でした。

じょうし せつく よ きせつ か め
「上巳の節句」とも呼ばれる季節の変わり目のことです。

むかし じゃき はら かわ はい にんぎょう かわ なが
昔は、邪気を払うために、川に入ったり、人形を川に流したいして、
こ せいちょう けんこう ねが
子どもたちの成長や健康を願っていました。

ふうしゅう かたち か げんざい ひなにんぎょう かざ
その風習が形を変え、現在は「雛人形」を飾るようになりました。

きょう きゅうしよく ひなにんぎょう いっしょ かざ
今日の給食は、雛人形と一緒に飾られることが多い「菱餅」を
イメージしたゼリーを作りました。

みどり けんこう しろ きよ もも まよ い み
緑は「健康」、白は「清らかさ」、桃は「魔除け」の意味があります。

きょう のこさず た げんき す
今日も残さず食べて、元気に過ごしましょう！

もいつけかた



ひしもちです。
みたことが
ありますか？

ひなまつりゼリー



もちらしずし



すましじる



きょうのこんだて

3月5日(火)



- ・かまやきビビンバ
- ・はるさめスープ
- ・だいがくいも
- ・ジョア

《きょうの のうかさん》

ほうれんそう・ながねぎ
→ たくらさん



みなさん、給食だよりや献立表を見えていますか？

今月は「リクエスト給食」が盛りだくさんです。

今日は、住吉小で作った給食を届けている「田無第二中学校」の生徒さんからリクエストがあった「大学芋」が登場です。

中学生は約360人で、その内68人がリクエストしてくれました。

大学芋は、たれが固くない過ぎないように、でも芋に絡むように、

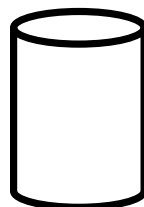
調理員さんが工夫して作ってくれています！

今日も感謝の気持ちをこめて、残さず食べましょう。

もりつけかた



だいがくいも



ジョア

かまやきビビンバ



はるさめスープ



きょうのこんだて

3月6日(水)



- ・ココアあげパン
- ・たまごとやさいのスープ
- ・ツナサラダ
- ・ぎゅうにゅう

《きょうの のうかさん》

こまつな → たくらさん
だいこん → たくらさん
キャベツ → もとはしさん

きょう 今日も、「リクエスト給食」が登場です。

きょう 今日、住吉小でも田無第二中에서도「主食」で1番リクエストが多かった「揚げパン」が登場です。

しょうちゅうがっこう 小中学校あわせて、263人からリクエストがありました！

きなこ味や砂糖味という回答もありましたが、ココア味が1番人気でした。

また、「ツナサラダ」は1・2年生から人気だったメニューです。

きょう 今日も残さず、味わって食べましょう！

もりつけかた

【ふくさい】

だい い

第2位！



～リクエスト
きゅうしょく～

【しゅしょく】

だい い

第1位！

ツナサラダ



たまごと
やさいのスープ



ココアあげパン



きょうのこんだて

3月7日(木)



- ・ごはん
- ・ぐだくさんみそしる
- ・とりにくのからあげ
- ・ごまあえ
- ・りんごジュース

《きょうの のうかさ》



こまつな・だいこん・ながねぎ
→ たくらさん

キャベツ → もとはしさん

今日のリクエスト給食は「鶏肉のから揚げ」です！

住吉小でも田無第二中でも「主菜」で2番目に人気のメニューです。

住吉小の調理員さんは揚げ物がとても上手で、

色々な工夫をしながら、こだわって作ってくれています。

鶏肉のから揚げは、鶏肉にしっかりと下味をつけておき、

1つ1つ手作業で衣をつけて、温度を測いながら揚げています。

今日も心をこめて作ってくれました！残さず食べましょう！

もりつけかた



～リクエスト
きょうしょく～

【しゅさい】

だい い

第2位！

・とりにくのからあげ

・ごまあえ

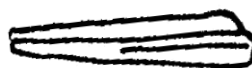


メニュー

ごはん



ぐだくさんみそしる



きょうのこんだて

3月8日(金)



- ・あかまいとあずきのこだいごはん
- ・じょうもんなべ
- ・ますのしそみそやき
- ・ぎゅうにゅう



《きょうの のうかさん》

だいこん → たくらさん

にしとうきょうし ひがしふしみ したのやいせき し
西東京市の東伏見にある「下野谷遺跡」を知っていますか？

したのやいせき せんねんいじょう ひとびと せいかつ しゅうらく
下野谷遺跡は、千年以上にわたって、人々が生活していた集落で

しゅつど とき じょうもんじだい
出土した土器などから、縄文時代にできたのではないかと

い
言われています。

きょう とうじ しょくせいかつ こんだて
今日は、そんな当時の食生活をイメージした献立にしました。

にしとうきょうし す れきし う つ にな て
西東京市に住むみなさんは、歴史を受け継ぐ「担い手」です。

したのやいせき しら
ぜひ、下野谷遺跡について調べてみてくださいね。

もりつけかた



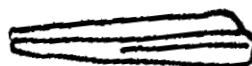
ますのしそみそやき



あかまいとあずきの
こだいごはん



じょうもんなべ



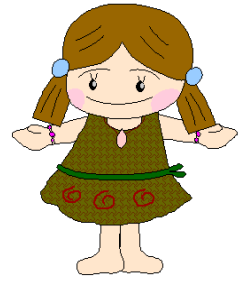
(社会教育課より)

じょうもんこんだてについて

したのやいのしいた



したのやいのしいた



「たてあなしきじゅうきょ」もふくげんされたから、
「したのやいせきこうえん」にみにきてね!

©T&K/西東京市

へいせい ねん がつとおか にしとうきょうし ひがしふしみ したのやいせき
平成27年3月10日に、西東京市の東伏見にある「下野谷遺跡」が
くに しせき してい
国の史跡に指定されました。

したのやいせき いま よんせん ごせんねんまえ じょうもんじだい むら ばしよ
下野谷遺跡は、今から四千～五千年前の縄文時代に、村があった場所です。
じょうもんじだい ひと むら もり かわ と くふう た
縄文時代の人たちは、村のまわりの森や川で採れるものを工夫して食べて
いました。

また、まめなどを育てたり、ときには遠くの村の特産品も手に入れていたようです。

さいきん けんきゅう じょうもんじん さかなにく さんさい こうぶつ
最近の研究では、縄文人は「魚・肉・山菜・きのこ」などが好物だったとわかって
きました。

こんだてせつめい 献立説明 (写真はR4年度のもの)

【おちのつねあそび】
うみにかこまれたにほんに
すむじょうもんじんは
たかながすき。なせ、
したのやいのしいた、うみから
とおいから、じやくこころの
さかなをたべていたのかな。



【じょうもんなべ】

もりにはおいしいものがいっぱい。
「ゆみや」や「おとしあな」をつかって
つかまえたどうぶつのにくだんご、
みんなでさがした きのこやさんさい、
くだくさんの じょうもんなべは
さいこうのごちそう!



【にくだんご】
したのやいのしいたのちゅうじんは、あつたひとたちが
くりやあそび、たしななごきしたていいたことが
わかっています。こころにたしななごきのちゅうじんは、
あつたひと、うみからとったのちゅうじんは、あつたひと

したのやいせき かん どうが 下野谷遺跡に関する動画

竪穴式住居復元記念の
オープニングセレモニー
の様子。30秒です。



下野谷遺跡、国史跡指定
をMXテレビで紹介!
3分程度です。



下野谷遺跡アニメ動画
12分あります!
お時間のあるときに。



きょうのこんだて

3 月 11 日 (月)



- ・わかめごはん(アルファかまい)
- ・せんべいじる
- ・ささかまぼこのしょうがじょうゆやき
- ・ぎゅうにゅう

《きょうの のうかさん》

だいこん・ながねぎ
→ たくらさん



きょう ひなんくんれんこんだて
今日は「避難訓練献立」です。

しんげんち ちか とうほくちほう でんき すいどう
震源地から近い東北地方では、電気・ガス・水道が

がつ げつほどつか ちいき
2か月～6か月程使えなかった地域もあったそうです。

さい やく た がまい すく みず
その際に、役に立ったのが「アルファ化米」です。少ない水で、

でんき つか はん た すく
電気やガスを使わずに、ご飯が食べられる優れたものです。

すいどう つか さら あら
また、水道が使えないとお皿を洗うこともできないので、

きょう きゅうしょく ようき つか
今日の給食のように「プラスチック容器」を使ったそうです。

ひなんくんれん ぶ かえ きょう のこ た
避難訓練を振り返りながら、今日も残さず食べましょう。

もりつけかた



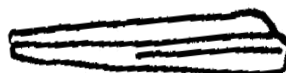
ささかまぼこの
しょうがじょうゆやき



わかめごはん



せんべいじる



きょうのこんだて

3 月 12 日 (火)



- ・ゆかりごはん
- ・とんじる
- ・ししゃものごまあげ
- ・いそあえ
- ・ぎゅうにゅう

《きょうの のうかさん》

こまつな・だいこん・ながねぎ
→ たくらさん



きょう 今日もリクエスト給食が盛りだくさんです！

リクエスト給食のアンケート結果を見て、

宮崎先生が嬉しく思ったことがあります。

それは「和食のメニューのリクエストが多いこと」です。

現代は、洋食の人気が高い傾向ですが、住吉小のみなさんは好き嫌いなく食べてくれるので、献立を考えるのが楽しいです！

今日は和食のよさである、「出汁の香り」や「素材のうま味」を

感じながら、よく噛んで食べてくださいね。

もりつけかた



～リクエストきゅうしょく～

【しゅさい】

だい い
第3位！

【ふくさい】

だい い
第1位！

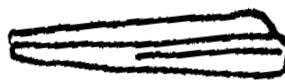
・ししゃものごまあげ
・いそあえ



【しるもの】

だい い
第2位！

ゆかり
ごはん



とん
じる

きょうのこんだて

3 月 13 日 (水)



- ・さんしょくピラフ
- ・ABC(エービーシー)スープ
- ・ハンバーグ
- ・ミルクコーヒー

《きょうの のうかさん》

ほうれんそう → たくらさん
キャベツ → もとはしさん



今日の^{きょう}リクエスト^{きゅうしょく}給食は「ABC^{えーびーしー}スープ」です！

今日は特別^{とくべつ}に、大きめ^{おお}のマカロニ^{つか}を使^{つか}ってみました。

また、住吉小^{すみよししょう}で人気^{にんき}の「ミルク^{たなしだいにちゅう}コーヒー」と、田無第二中^{たなしだいにちゅう}でリクエスト^{おお}が多^{おほ}かった「ハン^くバー^あグ」を組^あみ合^あわせました。

もちろん、ハン^{にんぶん}バー^{てづく}グは850人分^{にんぶん}を手^{てづく}作^{つく}りしたもので、

ソースも住吉小^{すみよししょう}の調^{ちょうりいん}理^{りいん}員^{いん}さんオ^おリジ^じナル^るのソ^そース^うです。

今日^{きょう}も感^{かんしゃ}謝^{しゃ}の気^き持^もちをこ^こめ^めて残^{のこ}さ^さず食^たべま^ましょう！

もりつけかた



ハンバーグ



さんしょくピラフ



ミルク
コーヒー



エービーシー^{えーびーしー}スープ



～リクエスト
きゅうしょく～

【しるもの】

だい い

第1位!

きょうのこんだて

3 月 14 日 (木)



- ・ガーリックトースト
- ・ポークビーンズシチュー
- ・フルーツポンチ
- ・ぎゅうにゅう



きょう たなしだいにちゅうがっこう きゅうしよくとうじょう
今日は、田無第二中学校のクエスト給食が登場です。

しゅしよく だい い
ガーリックトーストは主食の第2位で、

だい い
フルーツポンチはデザートの第1位のメニューです！

ちゅうがっこう ねんせい かい きゅうしよく お
中学校3年生は、あと3回で給食が終わってしまいます。

こうこうせい きゅうしよく べんとう
高校生になると給食ではなく、お弁当になってしまうので、

かんしゃ きもち た い
「感謝の気持ちをこめて食べています！」とっていました。

つぎ がくねん はじ
みなさんも次の学年へカウントダウンが始まっています。

きょう かんしゃ きもち
今日も感謝の気持ちをこめていただきますしょう！

もりつけかた



フルーツポンチ



ポークビーンズ
シチュー

ガーリックトースト



きょうのこんだて

3 月 15 日 (金)



- ・カレーライス
- ・パリパリサラダ
- ・おかしなめだまやき
- ・ぎゅうにゅう



《きょうの のうかさん》

キャベツ → もとはしさん

きょう すみよししょう たなしだいにちゅう おお
今日は、住吉小でも田無第二中でもリクエストが多かった

「カレーライス」の献立です。

がっこう しごと おもしろ おも
学校でお仕事をしていて「面白いな～」と思うことは、

がっこう ぜんぜんあじ ちが
カレーは学校によって全然味が違うことです。

がっこう ちょうりいん てづく
どの学校も調理員さんが、カレーのルーから手作りをして、

やさい き かた ひ い かた つく
野菜の切り方や火の入れ方まで、こだわって作っているからです。

ぼこう すみよししょう あじ あじ た おも
母校(住吉小)の味を、よく味わって食べてほしいと思います。

きょう たの のこ た
それでは、今日も楽しみながら、残さず食べましょう！

もりつけかた



～リクエスト
きょうしょく～

【しゅしょく+しゅさい】

だい い
第2位！

おかしな
めだまやき



【ぶくさい】

だい い
第3位！

カレーライス



パリパリサラダ



きょうのこんだて

3 月 18 日 (月)



- ・キムチラーメン
- ・ジャンボぎょうざ
- ・はるか
- ・ぎゅうにゅう

《きょうの のうかさ》

はくさい → たくらさん
ながねぎ → たくらさん
キャベツ → もとはしさん



きょう すみよししょう たなしだいにちゅう おお
今日は、住吉小でも田無第二中でもリクエストが多かった

「キムチラーメンとジャンボ餃子」が登場です！

キムチラーメンをリクエストした人は241人、

ジャンボ餃子は231人でした。

ラーメンは、鶏や豚のガラ(骨)から出汁をとっていたい、

ジャンボ餃子は、1つ1つ手作業で作っていたい、

どちらも調理員さんが心をこめて作っている給食なので、

リクエストが多くて嬉しいです。今日も残さずいただきますよう！

もりつけかた



～リクエスト
きゅうしょく～

【しゅしょく+しゅさい】

だい い
第1位！

はるか



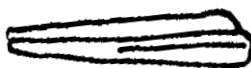
【しゅさい】

だい い
第1位！

キムチラーメン



ジャンボぎょうざ



きょうのこんだて

3月19日(火)



- ・ごもくうまにどん
- ・おひたし
- ・サイダーかん
- ・ぎゅうにゅう

《きょうの のうかさん》

こまつな → たくらさん



こんねんど きゅうしょくのこ かい
今年度の給食は残り2回にないました。

ちょうりいん かんしゃ きも た
調理員さんへ感謝の気持ちをこめて食べられていますか？

また、クラスのおともだちやまわりのひとにも、ねんかん かんしゃ きも
また、クラスの友達や周りの人にも、1年間の感謝の気持ちを

つた くのこ ひ たいせつ す
伝えながら、残りの日を大切に過ごしましょう。

きょう きゅうしょく
今日のリクエスト給食は「サイダーかん」です！

サイダーのシュワシュワを残しながらつく
サイダーのシュワシュワを残しながら作ってくれる、

ちょうりいん ぎじゆつ すみよししょう じまん
調理員さんの技術は住吉小の自慢の1つです♪

きょう あじ のこ た
今日も味わって、残さず食べましょう！

もりつけかた

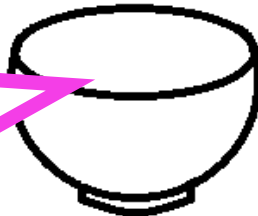


～リクエスト
きゅうしょく～

【デザート】

だい い
第1位！

サイダーかん



ごもくうまにどん



おひたし



きょうのこんだて

3月21日(木)



- ・せきはん
- ・おいわいわかたけじる
- ・ぶりのてりやき
- ・とうにゅうプリン(ひみつのデザート)
- ・ぎゅうにゅう

《きょうの のうかさん》

こまつな → たくらさん



～感謝状～

すみよししょう 住吉小のみなさんは 令和5年度の給食をよく食べ
けんこう からだ 健康な体づくりに励み 毎日元気に学校に通いました

げんき すがた み 元気な姿を見せてくれること

「おいしい!」と声をかけてくれること

みなさんのおかげで給食室も頑張ることができました

よって ここに感謝の気持ちを表します

1年間ありがとうございました!

給食室 一同より



もいつけかた



せきはん：あかいろは、まよけのいみがあり
おいわいごとでたべられています。

ぶり：しゅっせうおとよばれる、
えんぎのいいさかなです。

デザート：すみよししょうのみんながたべられる
とうにゅうプリン(アレルギーフリー)です!

とうにゅう
プリン



ぶりのてりやき



せきはん



おいわい わかたけじる

