



給食だより

令和4年10月31日
住吉小学校 第8号
校長 小林 宏
栄養士 宮崎優衣

めぐみちゃんメニュー 第二弾！

夏に産業振興課が募集した「めぐみちゃんメニュー」への応募は、住吉小だけでも112名でした。今年度は、そのうちの4名が市内の飲食店でメニュー化されましたが、残念ながら選ばれなかったメニューにも、それぞれの工夫や想いがたくさんつまっていました。

そこで！その中から、以下のメニューを給食で取り入れることにしましたので、ご紹介いたします！

- 11/9(水) フルーベリータルト ... 6-1 菅原小春さん
- 11/22(火) 西東京キャベツとコーンのチャーハン ... 5-1 米澤凌真さん
- 11/28(月) めぐみちゃんコールスロー ... 4-1 石原蒼太さん



～当日は、市内の農家さんの食材を使って給食を作ります！お楽しみに！～

政府備蓄米を使用します (資料：関東農政局より)

— 政府備蓄米(無償交付) —

児童・生徒の皆さんに、「ごはん食の重要性」、「お米の備蓄制度」を理解していただくために、学校給食等で使用のお米の一部に対し、備蓄米を無償で交付しています(交付する備蓄米は、直近の年産米です。)

実は、すでに10/17と10/19にも使用しています。今月は、【東京都備蓄の日】に合わせて、11/18に使用します！

私も初めて、お米の備蓄があることを知りました...

■ お米の備蓄運営のしくみ ■

不作によりお米が不足するときに備え、適正備蓄水準を100万トン程度(6月末)として、国内産米を毎年約20万トンづつ一定期間(5年間程度)備蓄しています。不足時にはこの備蓄米を放出し、消費者への安定供給が図られます。

お米の生産は基本的に一年一作で、その年の天候に大きく左右されることがあります。このため不作の時でも国民の皆さんに安心してお米が食べられるように、お米の備蓄制度があります。

給食費について



学年	月額
1・2年生	4,370円
3・4年生	4,640円
5・6年生	4,900円

今月は、**11月7日(月)**が

口座振替日です。

(再振替日は、11月21日(月))

※払込手数料として1回につき10円の手数料がかかります。

11月のきゅうしょくもくひょう

かんしゃして たべよう

こんげつ しゅん しょくざい
～今月の旬の食材～



こんげつ ちさんちしょう
～今月の地産地消～

西東京市の農家さんから購入しています！



和食の4つの特徴

1 多様な新鮮な食材とその持ち味の尊重

2 健康的な食生活を支える栄養バランス

3 自然の美しさや季節の移ろいの表現

4 正月などの年中行事との密接な関わり

日本人が発見した「うま味」

「だし」の素材とうま味成分

- ◆ 昆布…グルタミン酸
- ◆ カツオ節・煮干し…イノシン酸
- ◆ 干しいたけ…ゲアニル酸

食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地
精白米	新潟県	赤パプリカ	千葉県	もやし	群馬県
備蓄米	新潟県	かぶ	青森県	冷凍グリーンピース	北海道
米粒麦	国産	キャベツ	群馬県	冷凍コーン	北海道
もち米	新潟県	きゅうり	千葉県	れんこん	茨城県
もちぎび	岩手県	こねぎ	福岡県	えのき	長野県
春雨	国産	ごぼう	青森県	きくらげ	西東京市
ごま	ザンビア・ケニア	こまつな	埼玉県	しいたけ	九州・四国
粟	国産	しょうが	高知県	しめじ	長野県
大豆	国産	セロリ	長野県	まいたけ	新潟県
甘納豆(小豆)	北海道	だいこん	北海道	マッシュルーム水煮	国産
レンズ豆	アメリカ	たけのこ	国産	いか	青森県
きなこ	国産	たまねぎ	北海道	鰯(いわし)	千葉県
高野豆腐	国産	チンゲンサイ	千葉県	鮭(さけ)	北海道
青のり	愛知県	ながねぎ	山形県	真鯛(まだい)	愛媛県
海藻ミックス	国産	にら	茨城県	メルルーサ	アルゼンチン
わかめ	岩手県	にんじん	北海道	ちりめんじゃこ	兵庫県
さつまいも	千葉県	はくさい	長野県	鶏肉	宮崎県
さといも	新潟県	ピーマン	茨城県	豚肉	千葉県・茨城県・宮崎県
じゃがいも	北海道	ブロッコリー	北海道	ウィンナー	群馬県
シャインマスカット	長野県	ホールトマト缶	国産	たまご	青森県
みかん	熊本県	みずな	茨城県		

10月の主な食材の産地

毎月、前の月の食材料の産地をお知らせいたします！

