

# 給食だより



西東京市立ひばりが丘中学校  
令和7年12月1日

いよいよ冬本番を迎え、昼間も寒さが厳しくなってきました。水が冷たく、手を洗うのが億劫になりますが、風邪や胃腸炎などの感染症の予防には石けんを使った丁寧な手洗いが大切です。特に、帰宅時、食事の前、トイレの後などは忘れずに手を洗いましょう。

## ✿ 読書月間コラボメニュー

11月の読書月間に合わせて、読書部のみなさんが提案してくれた本に出てくる料理を作りました。実際に給食で提供した料理と、読書部のみなさんからのコメントを紹介します。紹介してくれた本は図書室があるので、ぜひ借りて読んでみてくださいね！



19日(水) 【マーボー豆腐】

「給食アンサンブル」

如月かずさ 著 / 光村図書

中学生になった桃は、周りの友達がどんどん「大人っぽく」なっていくことに不安や焦りを感じていましたが…

### コメント

主人公の桃は「子どもっぽい」ことが悩みなのですが、彼女の悩みを解決してくれた大切な一品です。ぜひ甘口でお願いします。

25日(火) 【くじびきハンバーグ】

「給食のおにいさん」

遠藤彩見 著 / 幻冬舎文庫

主人公の佐々木は小学校の給食調理員。子どもたちの「食」に必要な、心をつかむスパイスとは…？

### コメント

野菜嫌いの人でも、ラッキーアイテムとしてなら食べてくれるかもしれないし、具材によって運勢が変わるので食事の時間に新しい楽しみが増えると思ったからです。



どの料理も、みなさん  
よく食べてくれました！  
提案してくれた読書部の  
みなさん、ありがとうございました！



28日(金) 【カップケーキ】

## 「はらぺこあおむし」

エリック・カール 著 / 偕成社

カラフルなイラストがたくさんある絵本です。小さい頃に読んだことがある人も、今読むとまた違った発見があるかも…蝶

### コメント

カップケーキは、はらぺこあおむしが土曜日に食べた物のひとつで、絵には穴が空いていて食べた後の表現がされているし、おいしそうです。

## ✿ 11月の給食より「アップルシナモントースト」

今が旬のりんごを使ったトーストを作りました。使ったりんごは「ふじ」です。



生のりんごのほかに、ジャム、はちみつ、シナモン、マーガリンを混ぜ合わせます。



香り良く、甘酸っぱいトーストの完成です！  
みなさんよく食べていました。

