



JINSHO × SCHOOL LUNCH

5/4/1 ~





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

4/10

しょうカップ



じょうよ
まんじゅう

コーンサラダ

マンダイの
かわりみそあえ

わかめ
うどん

カップ

おおざら



じょうよ 薯蕷まんじゅう

きょう きゅうしょく はじ
今日から給食が始まりました。

きゅうしょくしつ しんきゅう いわ
給食室では進級をお祝いし

おまんじゅうをつく
を作りました。さて、
このおまんじゅうはい
に入っている
ものは次のうちどれでしょうか。

さといも ながいも
①里芋 ②長芋 ③じゃがいも



JINSHO × SCHOOL LUNCH



5/4/10



とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食事の重要性を
理解する

4/11

おおざら



みずなの
しのだあえ
さわらの
なつみかん
ゆうあんやき

あかまいの
おせきはん

小カップ

はるいろ
すましじる

カップ



きょう きゅうしょく 今日から給食スタート

こんねんど まいにち きゅうしょく
今年度も、毎日の給食について
しゅん しょくざい ちょうり
旬の食材や、調理のポイントなど、
きゅうしょく おい たの
給食がさらに美味しく、楽しく
かん ないよう し
感じられる内容をお知らせします。



JINSHO × SCHOOL LUNCH



5/4/11



とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

4/12

おおざら



いと
かんでんの
すみそあえ

まつかぜ
やき

小カップ

カップ

しんたけのこ
ごはん

かぶの
みそしる

千葉県産
ふさがね



しゅん たけのこ

旬「筍」

たけのこ

しゅん

がつころ

筍の旬は3~4月頃です。

ころ

でまわ

しんたけのこ

その頃、出回るものを「新筍」

よ

はる

だいひょう

しょくざい

と呼ば、春を代表する食材と
されています。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

4/13

おおざら



こまつなの
おかかあえ

ふくさ
たまご

小カップ

てづくり
ふりかけ
ごはん

岩手県産
ひとめぼれ

カップ

わかめと
とうふの
みそしる



しゅん

旬「わかめ」

いちねんじゅう た

一年中食べられていて、

しゅん かん

旬を感じにくい わかめですが、

いま しゅん しょくざい

今が旬の食材です。今日は

シンプルにおみそ汁に入
れました。



JINSHO × SCHOOL LUNCH



5/4/13



とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

4/14

おおざら



いちご
(1こ)

しん
じゃがいもと
あつあげの
にもの

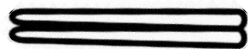
グリーンピース
ごはん

秋田県産
あきたこまち

カップ

アスパラの
あえもの

小カップ



しゅん

旬「グリーンピース」

グリーンピースとは、

えんどうのさやの中の豆が
完熟する前のやわらかい状態
の時に収穫したものです





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食事マナーを通した
社会性を身に付ける

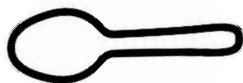
4/17



ポテト
グラタン

ココア
パン

はるやさいの
の
スープ



大カップ

きゅうしょく

まも

給食のきまりを守ろう

きゅうしょく

さら

お

ばしょ

給食では、お皿を置く場所が

きま

ひだり

ず

決まっています。左の図と、

じぶん

きゅうしょく

さら

いち

自分の給食のお皿の位置が

おな

同じになるようにしましょう。





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

4/18

カップ

フルーツ
ヨーグルト



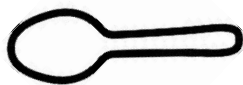
カレー
ライス

秋田県産
あきたこまち

ブロッコリーの
サラダ

しょうカップ

おおざら



きゅうしょく

給食のカレー

きょう しょう
今日のカレーに使用したカレー
ルウは次のうちどれでしょうか?

- ① バーモントカレー
- ② アンパンマンカレー
- ③ きゅうしょくしつ てづく
給食室で手作りのルウ



JINSHO × SCHOOL LUNCH



5/4/18



とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

4/19



きよみ
オレンジ

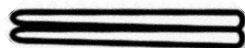
ぶたどん
・キャベツ

北海道産
ななつぼし

おおざら

ぐだくさん
みそしる

カップ



しゅん

旬「キャベツ」

きょう ぶたどん
今日の「豚丼」にはキャベツ
そ
が添えてあります。さて、
じ き でまわ
この時期に出回るキャベツの
なん よ
ことを何と呼ぶでしょうか。



JINSHO × SCHOOL LUNCH



5/4/19



とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

4/20



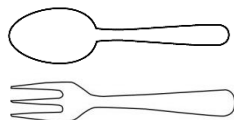
キャロット
マフィン

はるキャベツと
ツナの
スパゲッティ

おおざら

ミネスト
ローネ

カップ



しゅん
旬「にんじん」



いちねんじゅう た

一年中食べられていて、

しゅん かん

旬を感じにくい にんじん

ですが、いま しゅん しょくざい
旬の食材です。

きょう きじ
今日はマフィンの生地に
混ぜました。



JINSHO × SCHOOL LUNCH



5/4/20

とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
環境や資源に配慮した
食生活について
考える

配膳する時に
煮汁を少し入れると
見た目が良くなります

4/21



いちご
(1こ)

あぶらあげの
たからに

しょうカップ

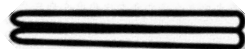
わかめ
ごはん

備蓄米
(アルファ米)

おおざら

よしの
じる

カップ



が っ だ い ど よ う び

4月第4土曜日は?

あ し た ち ょ う ふ し ぼ う さ い き ょ う い く

明日は「調布市防災教育

の日」です。それにちなんで

今日のわかめごはんは、

いつもとは違う特別なお米
を使いました。



JINSHO × SCHOOL LUNCH



5/4/21



とどけ!
ゆめワゴン



4/25

食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ



茨城県産
こしひかり

うめしらす
ちゃづけ
・のり

カップ

やさいの
からしあえ
てづくり
さつまあげ

おおざら



てづく さつま あ 手作り薩摩揚げ

きょう あ きゅうしょくしつ
今日のさつま揚げは給食室
てづく
で、ひとつひとつ手作りする
な か しよくざい
ものです。中にどんな食材が
はい
入っているでしょうか?





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食品を選択する能力
を身に付ける

4/26

おおざら



だいこんの
かふうづけ
はな
シューマイ

小カップ

ちゅうか
おこわ

カップ

ごもく
ちゅうか
スープ

秋田県産
あきたこまち
+
もちごめ



「おこわ」

おこわとはもち米^{ごめ}を蒸^むした
もののことを言^いいますが、今日^{きょう}は
炊飯器^{すいはんき}で炊^たきました。もち米^{ごめ}と
うるち米^{まい}という種^{しゅ}類^{るい}の違^{ちが}うお米^{こめ}を
使^{つか}っています。



JINSHO × SCHOOL LUNCH



5/4/26



とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
食文化を理解し
尊重する心をもつ

4/27

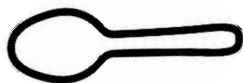
しょうカップ



イタリアン
サラダ

ホット
ツナサンド

はる
きゃべつの
ポトフ



おおざら

どこの国の料理？

今日の「ポトフ」には今が旬のキャベツとじゃがいもがたくさん入っています。さて、「ポトフ」はどこの国の料理でしょうか？

① フランス
② イタリア
③ 日本





とどけ!
ゆめワゴン



食育の視点
簡単な日常食の
調理を考える

4/28

おおざら



かぶの
しおこぶあえ

いかの
たまねぎ
ソース

ごはん

佐賀県産
さがびより

小カップ

きゃべつと
えのきの
みそしる

カップ



パシャパシャタイム
ギョギョギョデー

たま

玉ねぎソース

きょう じん だい じしょうがっこう りにんしき
今日、深大寺小学校では離任式が
あります。さ せんせい が た いえ
去られた先生方から、家でも
つく きゅうしょく
作りたいと給食のレシピを聞かれる
ことがあります。きょう たま
今日の玉ねぎソースも
その一つです。このソースはどのように
つく
作るのでしょうか。

