

# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/1 ~



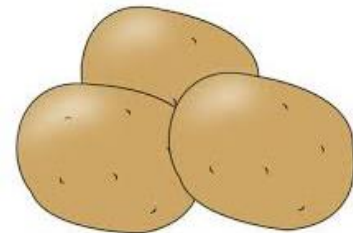
とどけ!  
ゆめワゴン



# 「<sup>た</sup>食べものの<sup>はたら</sup>働き」

<sup>きょう</sup>今日のケーキには、<sup>さとう</sup>お砂糖や  
<sup>はい</sup>じゃがいもが入っています。  
<sup>しょくざい</sup>これらの食材は<sup>からだ</sup>体の中で、  
<sup>な</sup>どんな<sup>はたら</sup>働きをするでしょうか。

- ① <sup>ち</sup>血や<sup>にく</sup>肉になる
- ② <sup>ねつ</sup>熱や<sup>ちから</sup>力の<sup>もと</sup>元になる
- ③ <sup>からだ</sup>体の<sup>ちょうし</sup>調子を<sup>ととの</sup>整える



食育の視点  
心身の健康を理解し  
自ら管理する能力を  
身に付ける

2/1



じゃがいもの  
ケーキ

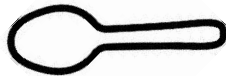
クツパ

秋田県産  
あきたこまち

おおざら

ごしき  
サラダ

カップ



# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/1



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

2/2



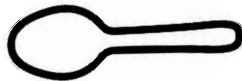
しょうカップ

ポテト  
グラタン

ビーンズ  
サラダ

くろさとう  
パン

コーン  
クリーム  
スープ



カップ

# いろいろな まめ 「色々な豆」

きょう いろいろな  
今日のサラダには色々な

しゅるい まめ はい  
種類の豆が入っています。

なんしゅるいはい  
さて、何種類入っているで  
しょうか。





とどけ!  
ゆめワゴン



せつぶん  
2月3日 節分

きょう せつぶん せつぶん  
今日は節分です。節分は  
りっしゅん ぜんじつ き  
立春の前日と決められて  
いちねん いちばんさむ じ き  
います。一年で一番寒い時期  
あした こよみ うえ  
ですが、明日から暦の上では  
はる はじ  
春が始まります。

食育の視点  
食文化を理解し  
尊重する心をもつ

2/3

小カップ



ふくまめ

おすわい

いわし  
かばやきどん

岩手県  
ひとめぼれ

おにかま  
いり  
おすいもの

おおざら

カップ



# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/3



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

2/4

おおざら



さといもと  
こんにゃくの  
いために

ろっこく  
なめし

秋田県産  
あきたこまち

小カップ

きじまだいら  
むらの  
きのこのみそしる

カップ



# いろいろ こくもつ 「色々な穀物」

きょう なめし いろいろ こくもつ  
今日の菜飯には色々な穀物  
はい ふだん こめ  
が入っています。普段のお米と  
み め あじ ちが  
見た目や味はどのように違いで  
しょうか。





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

2/7

カップ



かぼちゃの  
とうにゆう  
ケーキ

シシリアン

イタリアン  
サラダ

おおざら

しょうカップ



# 「イタリア シチリア島」<sup>とう</sup>

<sup>きょう</sup>今日のシシリアンはイタリアの  
<sup>とう</sup>シチリア島をイメージした<sup>りょうり</sup>料理  
です。シチリア島の<sup>とう</sup>食文化は  
<sup>とくちょう</sup>どんな特徴があるでしょうか。







とどけ!  
ゆめワゴン



パシャパシャタイム  
ギョギョギョデー



# 「めひかりのから揚げ」<sup>あ</sup>

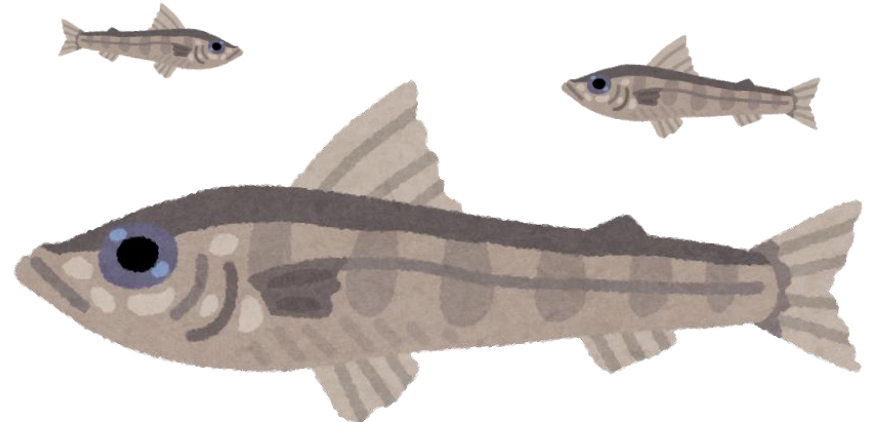
めひかりは<sup>いま</sup>今が旬の<sup>しゅん</sup>魚です。<sup>さかな</sup>

<sup>うま</sup>旨みのある<sup>あぶら</sup>脂の<sup>しろみ</sup>のった白身が

<sup>とくちょうてき</sup>特徴的で、<sup>み</sup>身も<sup>ほね</sup>骨もやわらかい

です。どのような<sup>えいようそ</sup>栄養素が

<sup>ふく</sup>含まれているでしょうか。



食育の視点  
心身の健康を理解し  
自ら管理する能力を  
身に付ける

2/8

おおざら



こまつなと  
ひじきのサラダ

めひかりの  
からあげ

ごはん  
茨城県産  
はるみ

かみなり  
とんじる

小カップ



カップ

# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/8



とどけ!  
ゆめワゴン



食育の視点  
食事の重要性を  
理解する

2/9

かんぺい

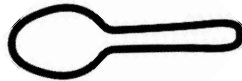


カツカレー  
石川県産  
ひやくまん穀

おおざら

オニオン  
ドレッシング  
サラダ

小カップ



# カツカレー

か れんそう  
カツは「勝つ」を連想する  
えんぎ い た もの  
ことから縁起の良い食べ物と  
されています。カツカレーを  
た びょうき ま からだ  
食べて病気に負けない体 を  
つく  
作りましょう!





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

2/10

小カップ

いちご  
(2こ)

あぶらあげの  
たからに



わかめごはん

山形県産  
つやひめ

よしのじる

おおざら

カップ



# きょう だし 今日の出汁は?

よしのじる ならけん きょうどりょうり  
吉野汁は奈良県の郷土料理

です。さて、今日の吉野汁は、

何から出汁を取っているで

しょうか。①昆布とかつお節

②昆布とさば節③昆布としいたけ



# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/10



とどけ!  
ゆめワゴン



2/14

食育の視点  
食品を選択する能力  
を身に付ける



おとうふ  
ブラウニー

たらこ  
スパゲッティ

おおざら

ツナ  
コーン  
サラダ

小カップ



# とうふ お豆腐ブラウニー

きょう 今日のお豆腐は、お豆腐  
こむぎこ や小麦粉などを使い作りました。  
つかつく  
なか  
さて、このブラウニーの中に  
とうふ お豆腐とこむぎこ 小麦粉どちらがおお  
はい  
入っているでしょうか。



# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/14



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

2/15

おおざら



はるさめの  
いためサラダ

イカのステーキ  
ソース

ごはん

新潟県佐渡産  
コシヒカリ

のっぺい  
じる

小カップ



カップ

# 「正しい配膳」

わしよく しょっき おい ち  
和食は食器を置く位置が  
き 決まっています。ただ い ち  
を覚えて日々の生活で実践  
せいかつ じっせん  
しましょう。







とどけ!  
ゆめワゴン



パシャパシャタイム  
にもにもの日  
正しく配ぜんしょう!



食育の視点  
心身の健康を理解し  
自ら管理する能力を  
身に付ける

2/16

かんぺい

ひじきの  
ごもくに  
さばの  
ぶんかぼし

おおざら



きょう わしょくきゅうしょく にほん  
今日は和食給食です。日本の  
でんとうてき しょくざい  
伝統的な食材である ひじきは  
かんじ か どうぶつ かく  
漢字で書くとある動物が隠れて  
います。それは何でしょうか?

- ① <sup>うし</sup>牛 ② <sup>うま</sup>馬 ③ <sup>しか</sup>鹿

ごはん

秋田県産  
サキホコレ

さつまいもの  
めったじる

小カップ



カップ



# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/16



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

2/17

小カップ

いとかんてんの  
ちゅうかあえ



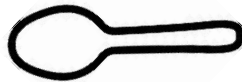
かじょう  
どうふどん

佐賀県産  
夢しずく

おおざら

わかめ  
スープ

カップ



# かじょうどうふ 「家常豆腐」

きょう かじょうどうふ  
今日の家常豆腐は、  
どこの国の料理でしょうか。  
①日本 ②韓国 ③中国



# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/17



とどけ!  
ゆめワゴン



食育の視点  
食事の楽しさを  
理解する

2/18

いよかん

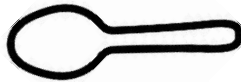
おおざら



コールスロー  
サラダ  
たいカツ

たいカツ  
バーガー  
(パン)

とりだんご  
スープ



カップ

# えんぎ たもの 縁起がいい食べ物

きょう きゅうしょく えんぎ  
今日の給食には、縁起が  
しよくざい つか  
いい食材が使われています。  
えんぎ しよくざい  
さて、縁起がいい食材とは  
どれでしょうか。



# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/18



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

2/21

カップ

フルーツ  
ヨーグルト

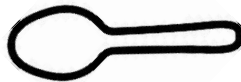


チリコンカン  
ライス  
山形県産  
雪若丸

おおざら

パリパリ  
サラダ

小カップ



# 給食の食材

今日の給食には、たくさんの

種類の食材が入っています。

どんな食材が入っているか

黙食しながら探しましょう。





とどけ!  
ゆめワゴン



食育の視点  
心身の健康を理解し  
自ら管理する能力を  
身に付ける

2/22

せとか

やさい  
チップ

小カップ



にしよく  
まぜどん

茨城県産  
コシヒカリ

おおざら

ちんげんさいの  
スープ

カップ



# 野菜チップ

今日の野菜チップは給食室で  
手作りしたものです。野菜を  
薄くスライスした後、どのよう  
に加熱したでしょうか？

- ① 焼いた
- ② 茹でた
- ③ 揚げた





# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/22



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

2/24



シロップ

サファイア  
ゼリー

スパニッシュ  
オムレツ

パエージャ

レンズまめの  
スープ

おおざら

カップ



# スペイン

パエージャとオムレツは  
スペイン料理をイメージして  
作りました。スペイン料理は  
ニンニクやオリーブオイルを  
使うことが多いです。



# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/24

# JINSHO × SCHOOL LUNCH



4/2/24



とどけ!  
ゆめワゴン



食育の視点  
感謝の心もち  
食べ物を大事にする

2/25

小カップ

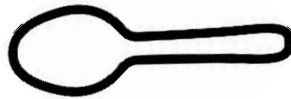
かふう  
サラダ



てづくり  
にくまん

トツポギいり  
キムチスープ

カップ



# 「手作り肉まん」

きょう にく きゅうしょくしつ  
今日の肉まんは給食室で

きじ てづく  
生地から手作りしたものです。

にく くに う  
肉まんはどこの国で生まれた

りょうり  
料理でしょうか。

- ちゅうごく かんこく にほん  
①中国 ②韓国 ③日本





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

2/28

おおざら



なのはなと  
きゃべつの  
おひたし

カラスカレイの  
こうみソース

ごはん

福井県産  
いちほまれ

はくさいの  
とうにゆう  
みそなべ

小カップ

カップ



# 「菜の花」

菜の花は今が旬の野菜  
です。ビタミンCが豊富に  
含まれ、野菜の中では  
トップクラスです。

