

給食だより 10月号

令和8年9月30日

品川区立八潮学園

校長 夏井 真一



読書の秋！食欲の秋！人気書籍とのコラボ給食

10月27日(火)～11月9日(月)までの2週間は、「読書週間」です。
今年も、コラボ給食を実施します。10月は1回、11月は2回実施する予定です。

28日(水)「流星の絆(東野圭吾)」

ある事件に巻き込まれて両親を失った三兄弟が、犯人を見つけ出す推理小説です。給食では、物語のカギを握る料理であるハヤシライスが登場します。物語では牛肉が使われていますが、豚肉を使用しています。

10月の献立から

2日(金)

東京都の郷土料理である「深川めし」を作ります。また、「ちゃんこ汁」は、東京都で生まれた料理「ちゃんこ鍋」をアレンジしたメニューです。

9日(金)

10月10日は「目の愛護デー」です。タブレットやスマートフォンの使用が当たり前になり、目にかかる負担がどんどん増えている現代。タブレットやスマートフォンの使用時間が長くなりすぎないようにすることの他にも、食べ物からも、目の健康を気遣ってみましょう！給食では、目の粘膜を守る「ビタミンA」を多く含む「にんじん」や、目の見え方を調整する「アントシアニン」を多く含む「ブルーベリー」を献立に取り入れます。

23日(金)

月見は中秋の名月(十五夜・旧暦の8月15日)と後の名月(十三夜・旧暦の9月13日)に行われます。江戸時代の後期頃から、月見には月見だんごを供えるようになりました。それ以前には、十五夜には芋を、十三夜には栗を供えていたことから、十五夜を「芋名月」、十三夜を「栗名月」ともいいます。月見という日本ならではの行事を大切にして、秋の夜空に浮かぶ美しい月を、ゆったりとした気分で眺めてみてはどうでしょうか。給食では、23日に「栗ご飯」が登場します。

10月の給食目標：協力して決められた時間内に食べよう

給食は、準備から片付けまでの時間が決められています。前期課程は40分間、後期課程は30分間です。クラスの仲間と楽しくおしゃべりしながら食べることももちろん良いことですが、おしゃべりに夢中になりすぎて、食べきれず残してしまう…ということはありませんか？

給食は、決められた時間内に食事をする練習の場でもあります。自分の食べるペースを考えて、給食時間までに給食が食べきれないようにしたいですね。

【問い合わせ】八潮学園 栄養士 八代 美弥子

電話 03-3799-1641 / FAX 03-3799-1643