



令和6年9月27日  
 小金井市立南小学校  
 校長 檀原 延和  
 栄養士 遠藤 尚子

「暑さ寒さも彼岸まで」というように、日に日に暑さがやわらぎ、過ごしやすい気候になりました。秋は、お米や大豆、里芋など、昔から日本人の食生活に欠かすことのできない作物が収穫を迎える季節です。また、漢字で「秋刀魚」と書くサンマをはじめ、サケ、サバ、カツオなどの魚は、秋になると脂がのっておいしくなります。秋の実りや自然の恵みに感謝し、旬の食べ物をおいしくいただきましょう。



## 今月のメニューより

### 2日（水）『開校記念日お祝い献立』

開校記念日をお祝いして、昨年度の南小50周年のマスコットキャラクター『みどりのくじら』をモチーフにした、みどりのくじらクッキーを作ります。昨年度も登場した南小オリジナルクッキー！です♪お楽しみに！

### 8日（火）韓国料理

給食でも何度も紹介している韓国料理ですが、今回は『タッカルビ』を作ります。タッカルビというのは、鶏肉のぶつ切りと野菜を甘辛いタレで炒めた料理です。韓国語で『タッ』は鶏肉で『カルビ』はあばら骨のことで、『骨のまわりの肉を食べる料理』という意味があります。本場の韓国料理は辛味が強いのですが、給食用にアレンジして、食べやすく仕上げます。白いごはんにもピッタリのおかずです。楽しみにしててくださいね！

### 10日（木）『八丈島メニュー』

東京都にある島、八丈島でとれる明日葉、トビウオを使った献立です。少クセのある味味の“明日葉”は、かつお節やじゃこと合わせて和風チャーハンに、あっさりとしたトビウオは鶏ひき肉と合わせてつみれ汁にして提供します。東京都の島の味、味わって食べましょうね♪

### 17日（木）『食育の日 SDGs 献立』

毎月SDGs 献立を紹介している食育の日ですが、今回は、小金井産の小松菜を丸ごと使った『丸ごと小松菜のスーpsパゲティ』と、小金井産の野菜をたっぷり入れた『小金井野菜のマフィン』を作ります！小金井産の野菜を給食で使うことは地産地消といって、SDGsにもつながります。新鮮で安全な小金井野菜を積極的に食べましょう！

### 28日（月）『セレクトカレー』

毎月お楽しみのセレクト給食♪今月は、子供たちに人気のカレーのセレクトです。ピリッと辛い『辛口キーマカレー』と、マイルドな『甘口バターチキンカレー』この2種類の中から選んでもらいます。楽しみにしててくださいね！

### 31日（木）『ハロウィンメニュー』

トマトとピーツで色付けした真っ赤なスープパゲティと、紫色のまんまるドーナッツで、ハロウィンを再現します♪そしてもう1品は、かぼちゃや魔女の形に型抜きした人参を飾ったハロウィンサラダ♪年に1度のハロウィン献立、楽しみにしててくださいね！

旬の食材・・・さんま・鮭・栗・さつまいも・きのこ・りんご・ぶどう・かき・みかん

## 給食試食会開催しました!! ～アンケート結果～

9月5日(木)にみなみの会主催の給食試食会がありました。今年度は全学年の保護者の方を対象にして、54名の方にご参加いただきました。(ボランティアさん、役員さん含む。)準備や当日の進行などご協力いただいたPTAの方々に感謝いたします。当日のアンケートの結果をご報告します。

【当日の献立】 秋の香りごはん さんまのつみれ汁 ぶどう 牛乳

### 1 今日の献立について

- (1)味付け  
 ①濃い 0人 ②ちょうど良い 39人 ③薄い 1人  
 (2)組み合わせについて  
 ①良い 35人 ②普通 5人 ③悪い 0人  
 (3)満足度  
 ①大変満足 39人 ②満足 1人 ③不満足 0人

≪献立についてのご意見≫

- ・薄味だが、素材の味が感じられておいしい。だしの大切さを知った。
- ・秋らしさを感じる素敵な献立。家ではなかなか食べないメニューも給食だと食べてくれるのでありがたい。
- ・品数が少ないかも...?と思っていたが、ごはんも汁物も具だくさんでおいしくて大満足！！
- ・だしをとることや手間をかけた丁寧な料理に頭が下がります。
- ・さつまいもにグラニュー糖をまぶしていたり、さんまのつみれにみそを入れていたり...写真ではわからない隠れた技を知ることができてよかったです！
- ・少ない塩分量でこんなにおいしくできるなんてスゴイ！！

### 2 南小の給食について

- (1)給食についてお子さんと話す機会はありますか？  
 ①よく話す 23人 ②時々話す 17人 ③ほとんど話さない 0人  
 (2)お子さんは給食をどう思っていますか？  
 ①楽しみにしている 33人 ②普通 4人 ③興味がない、苦手である 3人  
 (3)献立について。  
 ①満足 39人 ②普通 1人 ③不満足 0人

≪南小の給食についてのご意見≫

- ・給食で食べられるようになったものがたくさんあります。感謝しています。
- ・献立表を見るのを楽しみにしています。行事食や世界の料理、読書旬間の本のメニューなどバラエティに富んでいてありがたいです！
- ・毎月の給食だよりも情報満載で親子ともに楽しませてもらっています。
- ・だし汁クイズ、読書旬間等、子供がワクワクしながら食育をしていてすばらしいです。
- ・家に帰るとまず給食の話をしてくれます。毎日の家族の会話のトピックです！
- ・セレクト給食を毎回とても楽しみにしています。
- ・偏食で食べるのが遅いので完食できないようです。
- ・パン、麺ではなくごはんの献立をほとんどにしてほしいです。

### 3 試食会について

- (1)内容について  
 ①良い 39人 ②普通 0人 ③改善点あり 1人  
 (2)資料について  
 ①良い 40人 ②普通 0人 ③改善点あり 0人

≪試食会についてのご意見≫

- ・試食会の企画、開催、感謝です。参加できてよかったです。
- ・なかなか知ることのできない給食の裏側を色々知れておもしろかったです。楽しい試食会でした。
- ・子供たちへの愛情やこだわりを感じる給食でした。
- ・『給食室の1日』や栄養士さんの話がすばかったです。勉強になりました。
- ・今年度は、1年生以外の保護者も参加できてよかったです。来年度以降も参加できると嬉しいです。
- ・もし来年度、また1年生のみにするのであれば卒業となる6年生の保護者とセットで開催すると記念になるのでは？
- ・子供たちが食べている給食を食べてたくさんのことを学びました。家でも食育がんばります。
- ・今回2回目の参加でしたが、給食についての説明は1年生の時の内容と重なるので、その旨を事前に教えていただけたらよかったですと思います。
- ・説明の中にあつた『エディブルスクールヤード』など興味深くおもしろい取り組みは、全学年でやってほしいです。

### 4 ホームページ(今日の給食)、学びポケットについて

- ・ホームページや学びポケットの記事を見たことがありますか？  
 ①見たことがない 3人 ②時々見る 15人 ③よく見る 22人
- ≪どんな記事に興味がありますか？また、どんな内容が見たいですか？≫
- ・ホームページで毎日の給食が見られるのはすごくありがたいです！
- ・調理している写真や動画がとってわかりやすいです。これからも見せてもらいます。
- ・人気のレシピメニューのレシピを載せてほしいです！
- ・メニュー開発の秘話や栄養士さんのこだわりポイントについても知りたいです。 etc...
- この他にもたくさんのご意見、ご感想をいただきました。いただいたご意見を参考によりよい給食を提供していきたいと思います。