



12月給食だより



令和7年11月28日
小金井市立南小学校
校長 檀原 延和

いよいよ冬本番を迎え、朝晩の冷え込みが厳しくなりました。
体調を崩しやすい季節だからこそ、毎日の食事や睡眠をしっかりとりましょう。

さて、『備蓄米』という言葉は最近では身近になってきましたが、なぜ、備蓄米制度があるのかご存じでしょうか。

国の備蓄米制度を正しく理解してもらうよう、市内小中学校では、12月に備蓄米を使った給食を提供することになりました。南小中学校では、第一週目に使用します。

温度や湿度も一定に管理されており、新米と変わらない品質です。

すでにご家庭で召し上がったことがある方もいらっしゃるかと思いますが、この機会にぜひ、備蓄米制度を正しく知っていただければと思います。



・12/2 ビビンバチャーハン
・12/3 ご飯
・12/4 菜飯
・12/5 ガーリックライス

備蓄米を使用します！

政府備蓄米 ～消費者への安定供給のために～

お米の生産は基本的に一年一作で、その年の天候に大きく左右されることがあります。このため不作の時でも国民の皆さんが安心してお米を食べられるように、お米の備蓄制度があります。国では児童・生徒の皆さんに、「ごはん食の重要性」、「お米の備蓄制度」を理解していただくために、学校給食等で使用するお米の一部に対し、備蓄米を無償で交付しています。

ごはん食の重要性

ごはんに様々なおかずを足すことで、栄養バランスに優れたメニューになり、より健康的で豊かな生活を送ることができます。

- ・汁、魚、肉、乳製品、野菜など多様な食材との組み合わせができます。
- ・郷土料理や旬の食材を使った料理が取り入れやすくなります。
- ・ごはんそのものに塩分がないので塩分量を控えることができます。



お米の備蓄制度

適正備蓄水準を 100 万トン程度（6月末）として、国内産米を毎年約20万トンずつ一定期間（5年間程度）備蓄しています。不足時にはこの備蓄米を放出して消費者への安定した供給を図ります。

常に温度15℃以下
湿度も一定に保管

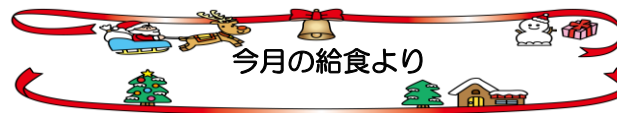


低温保管のメリット

- ・新米とほとんど変わらない品質を保ちます。
- ・栄養分の損失を防ぎます。
- ・脂質の酸化を抑えます。
- ・カビ等の微生物の繁殖や害虫の発生を防ぎます。
- ・お米の保管上の安全性が確保できます。

無償交付

交付する備蓄米は、直近の年産米です。
使用日、献立名は未定です。使用日には児童・生徒に備蓄米についてお知らせします。



今月の給食より

大蔵大根献立

Menu

- ・ビビンバチャーハン
- ・大蔵大根のサムゲタン
- ・果物（りんご）・牛乳



大蔵大根献立

Menu

- ・菜飯
- ・煮の面衣焼き
- ・ふき餅めしのあんぱん
- ・漬物（がけ汁）・牛乳



小金井桜献立

Menu

- ・彩ちらし
- ・桜のケーキ
- ・すまし汁
- ・牛乳



12月2日（火）

江戸東京野菜（えどとうきょうやさい）の大蔵大根（おおくらだいこん）を使ったサムゲタンが登場します。

12月4日（木）

小金井市（こがねいし）の栄養士会（えいようしかい）で考（かんが）えたオリジナルレシピです。小金井市（こがねいし）の農家（のうか）さんが育（そだ）ててくれた白菜（はくさい）や人参（にんじん）、大蔵大根（おおくらだいこん）

12月9日（火）

1924年（ねん）12月（がつ）9日（このか）に小金井（こがねい）桜（さくら）が名勝（めいしょう）に指定（してい）されました。このことにちなんで、本校（ほんこう）では、毎年（まいとし）、12月（がつ）9日（このか）に桜（さくら）献立（こんだて）を実施（じっし）しています。今年（ことし）の桜（さくら）献立（こんだて）は「桜（さくら）の

伝統的なおせち料理の意味や込められた願い

※地域や家庭によって違いがあります。



一の重
二の重
三の重

一の重（祝い肴・口取りなど）

- 黒豆** まめ（まじめ・健康）に暮らせるように。
- 数の子** こからめく 子宝に恵まれるように。
- 田作り（ごまめ）** ぼうさく ねが 豊作を願って。
- たたきごぼう** かぞく かぎょう とち ね は 家族や家業が土地に根を張るように。
- 伊達巻** だて ま ちしき きょうよう み 知識や教養が身につくように。
- きんといん** きんいん めく 金運に恵まれるように。
- 紅白かまぼこ** こう ぱく あか まよ しろ せいじょう あらわ 赤は魔除け、白は清浄を表す。



二の重（酢の物・焼き物など）

- ブリ** しゅっせ 出世できるように。
- タイ** こころ あ 「めでたい」の語呂合わせ。
- エビ** ながい 長生きできるように。
- 紅白なます** こう ぱく いわ みずひき あらわ お祝いの水引を表す。

三の重（煮物など）

- 里いも** さと こからめく 子宝に恵まれるように。
- れんこん** しょうらい みとお 将来を見通せるように。
- くわい** しゅっせ 出世できるように。
- 昆布巻き** こ ぶ ま ころ あ 「よろこぶ」の語呂合わせ。