



川口市立十二月田小学校
令和8年3月

☆毎月19日は食育の日☆

こんげつ しょくいくもくひょう
今月の食育目標

ねんかん しょくじ かせ
～1年間の食事をふり返ろう！～

今年度の給食の提供回数は、1学期67回、2学期74回、3学期45回の合計186回でした。今年度のテーマである「かむ力を育てよう！」献立や旬の食べ物、行事食などたくさんの給食が登場しましたが、毎日たくさん食べる事はできたでしょうか？

こんねんとていきょう きゅうしょく
今年度提供した給食

2025年4月14日(月)

メロンパン、オニオンスープ、
チキンナゲット、米粉のいちごクレープ



1年生の初めての給食！お祝いにクレープがつきました！！

2025年5月1日(木)

ちらし寿司、牛乳、豆腐のすまし汁、
さわらの西京焼き、柏もち



こどもの日の行事食です！柏もちを初めて食べた人もいたのでは？！

2025年6月19日(木)

ごはん、牛乳、かきたま汁、
ソースカツ、厚揚げのピリ辛炒め



かきたま汁は、1650個のたまごを調理員さんが手作業で割りました！

2025年9月8日(月)

ひじきごはん、牛乳、
白玉のっぺい汁、いかのごまみそ焼き



テーマ献立です！歯に良い栄養素やかみ応えを意識したメニューです！

きゅう
給

しょく
食

が

で

き

る

ま

で

～^{かえ}ふい^{へん}返し編～

きゅうしょく でき 給食が出来るまでにたくさんの人が関わり、たくさんの作業がされています。毎日感謝して食^{まいにちかんしゃ}べ^たる事^{こと}はできたでしょうか？



のうひん
納品



したしより
下処理



き
切る



ちょうみりょう けいりょう
調味料の計量



かまちょうり
釜調理



はいかん
配缶



くだもの
果物

かてい きゅうしょく つく ご家庭で給食メニューを作ってみませんか？

♪カレーライス♪

【材料：給食4人分】

- ・豚肉…60g
- ・にんじん…60g
- ・たまねぎ…100g
- ・じゃがいも…200g
- ・しょうが…1.2g
- ・にんにく…1.2g
- ・なたね油…2g
- ・コンソメのもと…4g
- ・トマトケチャップ…24g
- ・ウスターソース…8g
- ★ 中濃ソース…4g
- ・カレールー…60g
- ・豆乳…20g
- ・水…440g
- ・ごはん…600g

【一口メモ】

小学校と中学校ではカレーライスの味付けが変わります。小学校では1～6年生のカレーを同じ釜で作るため、辛さ控えめで作っています。中学校ではカレー粉を追加して少しピリッとしたカレーになります。

【作り方】

1. 食材の下処理をします。にんじんはいちょう切り、たまねぎとじゃがいもはさいの目切りにします。生のしょうがやにんにくを使用する場合は、細かく刻んでください。チューブのものを使用する場合は計量してください。
2. 鍋になたね油を引き、豚肉と野菜を炒めます。
3. 水を入れて食材に火が通るまで煮込みます。
4. 調味料(★)を加えて味を整えます。
5. ごはんにかけて完成です。

※学校給食での分量です。ご家庭で調整をお願いします。