

10月



給食だより



第 678 号

令和 8 年 9 月 18 日発行

天童市学校給食センター



TENDO®



今月の目標：山形の味を知ろう！

～季節の食べ物を、よく味わい、楽しみながらいただきます～



実りの秋です。給食にも、天童市産の農産物がたくさん入っています。味だけでなく、香りや歯ごたえ、いろどりなどを楽しみながらいただきます。

刈り上げとは…

刈り上げとは春から田を守っていた神様に感謝し、秋の収穫を喜び祝う行事です。今年とれたお米で「もち」をついて、田の神様にお供えしたり、お世話になった人々を招いて、家族といっしょに食べたりします。

『刈り上げもちほどおいしいもちはない』と言われるほど、とてもおいしく、主に、「雑煮」として食べられます。



日曜	献立名	きいろの食品	あかの食品	みどりの食品	エネルギー (kcal)	備考
	★牛乳(200cc)は毎日つきます ☺…乳使用の献立 ☹…卵使用の献立	おもにエネルギーになる	おもにからだをつくる	おもにからだの調子をととのえる		
1 木	【市制施行記念献立】 赤飯 王将ねぎのすまし汁 照焼きチキン ごま塩 天童産里芋のそぼろ煮	せきはん ふ みずあめ さとう さとも でんぷん ごま	牛乳 あずき とりだんご なると とうふ とりにく ぶたにく あつあげ	えのきたけ ねぎ しょうが えだまめ にんじん	659 816	
2 金	【山形ワイヴァンズ応援献立】 ごはん 必勝(が)スープ みそカツ 小松菜のゆかりあえ ぶどうゼリー	ごはん でんぷん パンこ こむぎこ あぶら さとう ごま ゼリー	牛乳 とりにく たまご みそ はちようみそ ぶたにく ちくわ	ねぎ にんじん とうもろこし しょうが たけのこ こまつな もやし しそ ぶどう	623 801	
5 月	ごはん 豆腐となめこのみそ汁 いわし梅煮 きりぼしだいこん にももの 切干大根の煮物	ごはん さとう あぶら ごま	牛乳 とうふ あぶらあげ みそ いわし とりにく さつまあげ	だいこん なめこ ねぎ うめ きりぼしだいこん にんじん こんにゃく えだまめ	583 764	
6 火	【成生小アイディア献立】 「秋の色どり献立」 ごはん 芋煮 三色そぼろ パンプキンサラダ	ごはん さとも さとう じゃがいも エッグフリーマヨネーズ	牛乳 ぎゅうにく ぶたにく たまご	ごぼう こんにゃく しめじ ねぎ しょうが さやいんげん かぼちゃ きゅうり パプリカ	602 787	ちょこっと食育タイム (第一中)
7 水	県産小麦パン 小コッペイ 秋のシチュー とりにく とうもろこし 鶏肉の香草焼き ひじきサラダ 中食パン	パン さつまいも くりづゆ ホワイトルウ ドレッシング ベシヤメルルウ	牛乳 ウインナー とりにく ひじき かまぼこ	たまねぎ にんじん とうもろこし マッシュルーム しめじ にんにく バジル もやし こまつな しそ	642 798	ちょこっと食育タイム (第三中) スプーン
8 木	ごはん きのこワンタン あげぎょうざ いた メンマ炒め	ごはん ワンタン あぶら こむぎこ ごまあぶら	牛乳 ベーコン ぶたにく とりにく (中のみ)	しいたけ にんじん たけのこ ねぎ しめじ キャベツ たまねぎ なら メンマ こんにゃく カラーピーマン	606 804	バイキング給食 (山小・千布小・ 荒谷小)
9 金	【目の愛護デー献立】 こもく 五目 小松菜と厚揚げのみそ汁 カレー風味チキンメンチカツ 目にA(エー)サラダ	ごはん あぶら パンこ さとう こむぎこ ドレッシング	牛乳 あぶらあげ みそ あつあげ レバー とりにく ぶたにく かつおツナ	ごぼう たけのこ こんにゃく ねぎ しいたけ こまつな はくさい ほうれんそう カラーピーマン ブロッコリー にんじん レモン	596 776	
13 火	【刈り上げもち献立】 ごはん しらたまごに 白玉雑煮 さんまのかば焼き はくさい 白菜のおひたし	ごはん しらたま さとう でんぷん あぶら	牛乳 とりにく さんま あぶらあげ かまぼこ	しいたけ ごぼう だいこん ぜんまい にんじん ねぎ しょうが はくさい もやし ブロッコリー	661 859	
14 水	【カミカミ献立】 小食パン きのこポトフ ミートボールケチャップあん りんご ぬるチーズ	パン じゃがいも さとう	牛乳 ベーコン ウインナー とりにく チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト りんご	648 756	ちょこっと食育タイム (第二中・第四中)
15 木	ごはん けんちん汁 かつおカツ 野菜と豚肉の和風炒め	ごはん さとも あぶら こむぎこ パンこ ごまあぶら	牛乳 とうふ ぶたにく みそ かつお こうやとうふ かつおぶし	ごぼう だいこん にんじん たまねぎ しょうが キャベツ こまつな たけのこ とうもろこし	594 779	バイキング給食 (津山小・高瀬小)
16 金	【千布小アイディア献立】 「これぞ山形の味！山形食自慢」 ナン 山形の芋煮カレー こめ 米粉からあげ けんさん 県産フルーツ入りフルポン	ナン あぶら さとも さつまいも カレールウ こめこ でんぷん ナタデココ ゼリー	牛乳 ぶたにく とりにく	にんにく たまねぎ にんじん しめじ しょうが もも りんご ラ・フランス みかん アロエ レモン	690 853	スプーン

〈県産食材〉

米 (天童産はえぬぎ)、山形県産牛乳、豚肉、納豆、天童産里芋、天童産ねぎ、
天童産小松菜、天童産ブロッコリー、天童産りんご、もやし、だいこん、きゅうり、
キャベツ、なめこ、マッシュルーム、米粉、もも、りんご、ラ・フランス

学校給食無償化事業について

本市では、子育て世帯の負担軽減を図るため、令和7年4月から小中学生を対象に学校給食無償化事業を実施しています。
天童市内の小中学校に在籍する児童生徒の学校給食費を保護者から徴収せず、市が負担し、無償化を実現しています。

10月は「食品ロス削減月間」です。

食べ物の「もったいない」を減らそう！

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことをいいます。日本の食品ロスは、1年間で約461万トン(令和6年度推計値)です。食品ロスを減らすことは、地球環境を守り、限りある資源を大切にすることにつながります。まずは、身近なところから、「もったいない」を減らしていきましょう。

給食時間にできること

- 協力して準備をし、食べる時間を確保する
- 自分が食べ切れる量に調整する
- 食べ残しのないように、きれいに食べる

★他の人とくらべるのではなく、自分で目標を決めて、量を増やしたり、苦手なものに挑戦したり、少しずつ頑張ってみましょう。

食べ残すと…



☆ 感想紹介コーナー

バスワル・カフ 応援献立 9/23水

＊フライドポテト

は、子どもたちになじみがあり、人気のメニューでした。朝からウキウキで、目を輝かせ、楽しみにしていました。(北部小)

高校生作成献立 9/8(火)

＊夏バテしても食べやすいように献立を工夫して

食べやすかったです。(第三中) ＊塩味がちょうどよくとても食べやすかったです。高校生が考えたということで、すごい!と思いました。(中部小)

「れんこんが甘くなってきたー!」ひとりのつぶやきで…

給食に、カミカミ献立の「れんこんきんぴら」が出た日のこと、見た目や硬さからか、食が進まなかったその時! ある児童が「よくかんで食べたら、れんこんが甘くなってきた!」とつぶやきました。すると、まわりの児童も、よくかんで食べ始め、「ホントだー! 甘くなった! おいしい!」と言って、次々と食べ、食缶に残っていた分も、おかわりをしてくれたそうです。ひとりのつぶやきが、みんなを幸せな気持ちにしてくれました。ありがとう。もっと、つぶやき聞きたいなあ。

日曜	献立名	きいろの食品	あかの食品	みどりの食品	エネルギー(kcal)	備考
	★牛乳(200cc)は毎日つきます ☉…乳使用の献立 ☁…卵使用の献立	おもにエネルギーになる	おもにからだをつくる	おもにからだの調子をととのえる		
19 月	ごはん 鶏ごぼう汁 照焼きハンバーグ きりぼしだいこん 切干大根のごま酢あえ	ごはん パンこ (小のみ) でんぷん さとう ごまあぶら	牛乳 とりだんご なんと とりにく ぶたにく (中のみ) こんぶ かつおツナ わかめ	ごぼう こまつな ねぎ しょうが だいこん にんじん きゅうり もやし たまねぎ (小のみ)	589 769	ちょこっと食育タイム (寺津小)
20 火	【モンテディオ山形応援献立】 鮭わかめ どさんこ汁 勝ち栗コロッケ ほっかい 北海サラダ	ごはん じゃがいも パター ごまあぶら さつまいも くり さとう ドレッシング パンこ こむぎこ あぶら	牛乳 さけ わかめ みそ ぶたにく かいそう いか かまぼこ	もやし たまねぎ にんじん ねぎ とうもろこし しょうが にんにく きゅうり キャベツ しそ	591 767	
21 水	ごはん タンホワタン ショウロンポウ ルーローハン	ごはん でんぷん パンこ こむぎこ さとう	牛乳 ベーコン たまご ぶたにく とりにく	にんじん たまねぎ とうもろこし たけのこ しいたけ ねぎ しょうが	645 816	ちょこっと食育タイム (千布小) スプーン
22 木	ごはん 王将ねぎのみそ汁 いかメンチカツ 肉じゃがキムチ	ごはん あぶら でんぷん パンこ こむぎこ じゃがいも さとう	牛乳 あつあげ みそ いか ぶたにく たら (中のみ)	にんじん だいこん ねぎ はくさいキムチ たまねぎ キャベツ (小のみ)	597 796	バイキング給食 (天童南部小)
23 金	【高橋小アイデア献立】 「秋の紅葉こんだて」 栗ごはん もみじのすまし汁 さんまのオレンジ煮 たくあん入りおひたし スイートポテト	ごはん くり さとう みずあめ ごま でんぷん さつまいも じゃがいも	牛乳 とりにく とうふ さんま かまぼこ	まいたけ えのきたけ にんじん ねぎ オレンジ キャベツ もやし こまつな たくあん	623 763	
26 月	ごはん ゆばのすまし汁 揚げ出し豆腐のかに風味あん もやしのツナあえ 納豆	ごはん あぶら でんぷん さとう ごまあぶら ごま	牛乳 なんと ゆば とうふ かまぼこ かつおツナ なっとう	たけのこ やまぶしたけ ねぎ しょうが ブロッコリー もやし きゅうり にんじん	624 789	ちょこっと食育タイム (蔵増小)
27 火	ごはん 庄内風芋煮 さわら竜田あげ こまつな いそか 小松菜の磯香あえ	ごはん さといも あぶら でんぷん	牛乳 ぶたにく あつあげ みそ さわら かまぼこ のり	こんにゃく しめじ ねぎ しょうが こまつな もやし にんじん	608 791	ちょこっと食育タイム (津山小)
28 水	小コッペリ かぼちゃ型ハンバーグ カラフルソース ごまネーズサラダ	パン ホワイトルウ でんぷん さとう ごま エッグフリーマヨネーズ	牛乳 ベーコン とりにく ぶたにく なまクリーム	たまねぎ かぼちゃ マッシュルーム パプリカ トマト ごぼう にんじん ブロッコリー とうもろこし	740 965	ちょこっと食育タイム (天童南部小) スプーン
29 木	ゆかり 沢煮椀 豆乳コロッケ ポテトとひじきの炒め煮	ごはん パンこ こむぎこ さとう でんぷん あぶら じゃがいも	牛乳 ベーコン とりにく とうにゅう ひじき こうやどうふ	しいたけ たけのこ だいこん にんじん ねぎ たまねぎ とうもろこし えだまめ しそ	651 839	バイキング給食 (長岡小)
30 金	【減塩・ベジアップ献立】 ごはん トマト豚汁 鶏ささみのレモン煮 キャベツの塩昆布あえ	ごはん さとう でんぷん あぶら ごまあぶら ごま	牛乳 ぶたにく とうふ とりにく しおこんぶ	だいこん ごぼう にんじん ねぎ しょうが トマト レモン もやし キャベツ きゅうり	579 767	

【食物アレルギーの原因となる食品の使用に関して】

現在、美里市の学校給食では、年間を通して「そば、落花生、くるみ、あわび、いくら、キウイフルーツ、カシューナッツ、アーモンド、マカダミアナッツ」を含む食品と、「生卵」は使用していません。
海藻類や小魚類、貝類については、「えび」や「かに」、「貝」などがついていることがあります。
加工品については、その製造工場内でアレルギーを含む食品を使用しているものもあるため、給食の原材料として使用しないアレルギーでも、コンタミネーションとして混入することがあります。
給食に使用する食材について、心配なことがある場合は、学校給食センター(654-2441)までお問い合わせください。