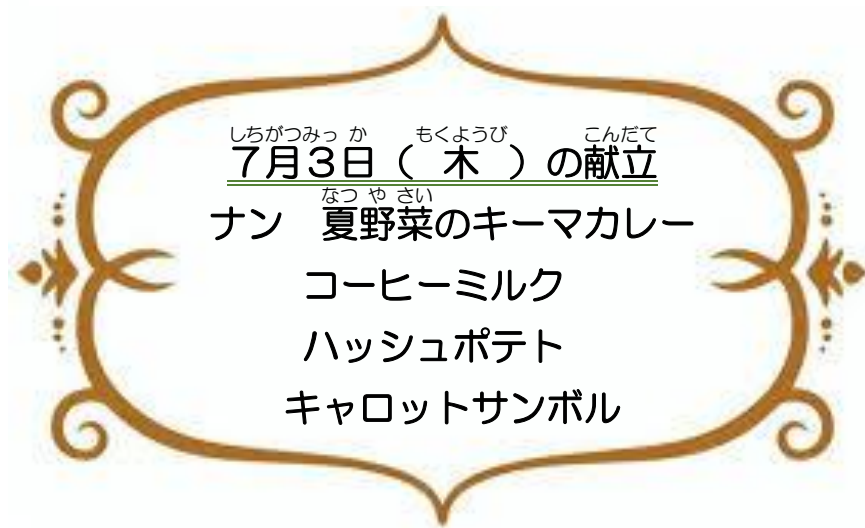


給食News

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

令和7年7月1週
八千代町立学校給食センター発行



みつ か もくようび きゅうしよく せ かい りょう り
3日(木)の給食は「世界の料理:スリランカメニュー」です。

スリランカはインド洋の真珠とも言われる緑豊かな熱帯の島で、
めんせき ほっかいどう やく わり こうちゃ せいさん さか しゅようさんぎょう のうぎょう
面積は北海道の約8割です。紅茶の生産が盛んで、主要産業は農業
と繊維業です。

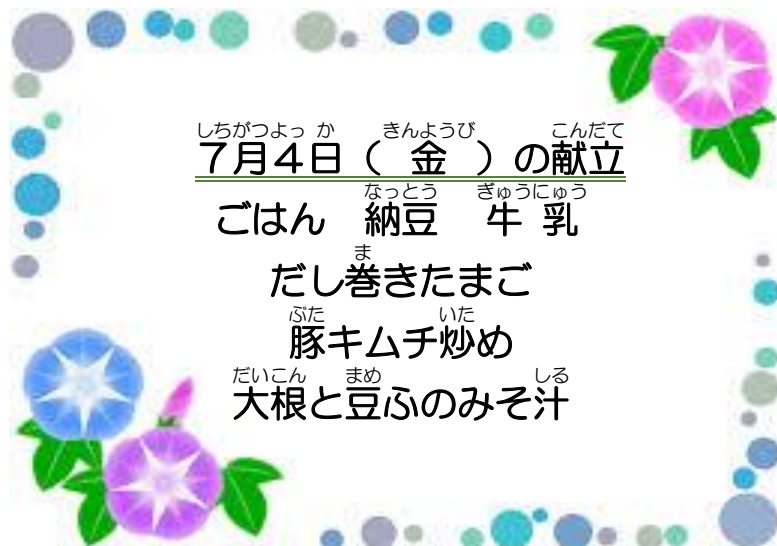
スリランカで人気のある「ナン」「キーマカレー」「キャロット
サンボル」が出ます。「キーマカレー」の「キーマ」は挽肉のことを
いい、挽肉とみじん切りにした野菜が入ったカレーです。本場の
キャロットサンボルは、ココナッツと唐辛子を使用しますが、今日は
て い しよくざい だいよう せん ぎ にんじん たまねぎ ぶし
手に入れやすい食材で代用し、千切りにした人参を玉葱・かつお節・
じる いた きゅうしよくよう
レモン汁で炒め、給食用にアレンジしました。

スリランカの料理を楽しみながら、いただきましょう！

給食 News

令和7年7月1週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



しちがつよっ か きんようび こんだて
7月4日 (金) の献立

ごはん なっとう きゅうにゅう
ごはん 納豆 牛乳

まし
だし巻きたまご

ぶた いた
豚キムチ炒め

だいこん まめ しる
大根と豆ふのみそ汁

9 産地を
応援しよう



よっ か きんようび きゅうしよく ち さん ち しょう や ち よ ひ こんだて
4日(金)の給食は「地産地消:八千代の日献立」です。

や ち よ まち つか
八千代町でつくられたもやし・ねぎが使われています。

もやしには 食物繊維が含まれていて、お腹の中をきれいにしてく
れます。

ねぎには殺菌作用があり、かぜの予防に適しています。また、

からだ あたた こう か
体を温める効果もあります。

だいこん しめじ えのきたけ まめ ぐわ しる
大根・しめじ・えのきたけ・豆ふを加えたみそ汁になっています。

や さい つく のう か かんしゃ き も
野菜を作ってくれた農家の方に感謝の気持ちをもって、なるべく

のこ
残さずにいただきましょう。

給食News

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

令和7年7月2週
八千代町立学校給食センター発行



しちがつなの か げつようび こんだて
7月7日（月）の献立

ごはん 牛乳 星型コロッケ【ソース】

キャベツのサラダ【ごまドレッシング】

あま がわ たなばた
天の川スープ セタゼリー



きょう きゅうしょく たなばたこんだて
今日の給食は「七夕献立」です。

まいとししちがつなの か こせつく たなばた たなばた だいさん
毎年7月7日は、五節句のひとつである七夕です。七夕の第三
角とは、七夕の時期に見える夏の^{なつ}大三角の事です。こと座
のベガ、わし座のアルタイル、はくちょう座のデネブの3つ
の1等星を結んでできる大きな三角形で、七夕伝説で織姫星
（ベガ）と彦星（アルタイル）の間を流れる天の川に見立て
られます。

きゅうしょく ほしがた あま がわ
給食では、「星型のコロッケ」や天の川にみたてた「ちらしか
まぼこ」を使ったスープで、七夕をイメージしました。

たなばた かん きゅうしょく たの よそら
七夕を感じながら給食を楽しみましょう。みなさんも夜空を
ながめたり、願いごとをしてみてくださいはどうか？

給食 News

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

令和7年7月3週
八千代町立学校給食センター発行

しちがつ にち かようび こんだて
7月15日（火）の献立

ごはん せ とふう み
瀬戸風味ふりかけ

ぎゅうにゅう
牛乳 いかのチリソース

ひじきの ちゅう か
中華サラダ

【中華ドレッシング】

ワンタンスープ

5 よくかんで
食べよう



にち かようび きゅうしよく た こんだて
15日（火）の給食は「よくかんで食べよう！カミカミ献立」です。

じょおう ひ み こ やよい じ だい いま ばい い じょう た
女王卑弥呼がいた弥生時代には、今より6倍以上 もかんで食べて
いたため、歯並びがよく、虫歯になる人がほとんどいなかったと言わ
れています。

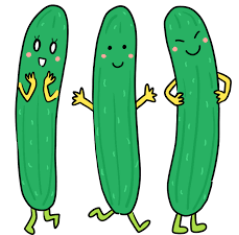
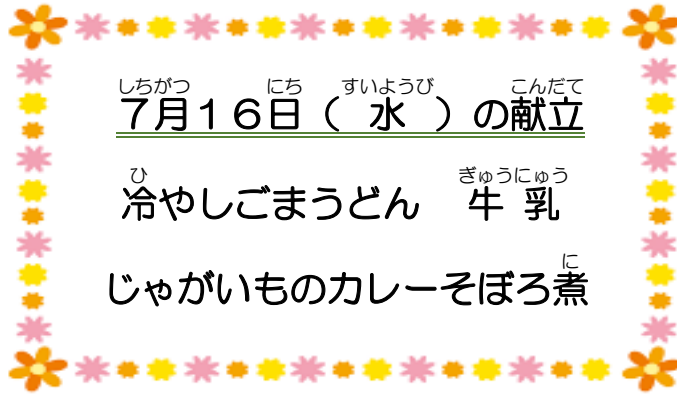
よくかんで食^たべると体^{からだ}にとってよいことがあります、脳^{のう}の働^{はたら}
きがよくなったり、歯^はの病^{びょう}気^きを防^ふぐこともそのなかにはあります。

きょう
今日は、「いかのチリソース」や「ひじきの ちゅう か
中華サラダ」にかみご
たえのある食^{しょくざい}材^{つか}が使^{つか}われています。しっかりかんで食^たべてください。

給食 News

令和7年7月3週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



きょう きのうのニュースは、きゅうしよく つか やさい かん
今日のニュースは、給食に使われている野菜に関するクイズです。

Q1. たまねぎはこの部分（ぶぶん）を食べているのでしょうか？

- ① 根 ② 茎 ③ 葉

答えは③の葉です。

きゅうこん 球根のようにも見えるたまねぎですが、じつは、は ね ちと
部分を食べています。おお 大きくなるにつれて あつ 厚くなり、は 葉がいくつも かさ
なりあった球体になります。いくらむいても種がなく、ぜんぶ 全部食べること
ができます。

Q2. しゅん とは、その季節（きせつ）にたくさん収穫（しゅうかく）でき、えいよう
時期（じき）のことをいいます。では、きゅうりのしゅんはいつでしょうか？

- ① 春 ② 夏 ③ 秋

答えは、②の夏です。

きゅうりは、し せつさいばい 施設栽培（ふ きゅう）の普及（ふく）によって、ねん とお 1年を通してでまわ
ますが、ほんらい 本来は 6月～8月頃（がつころ）が しゅん 夏の野菜（なつ やさい）です。しゅん のきゅうりはビ
タミンC（シー）が多く含まれ、とてもおいしい野菜（やさい）です。からだ ひ 身体を冷やして
しまう効能（こうのう）をもっているため、た 食べすぎには ちゅうい 注意（ちゅうい）してくださいね。