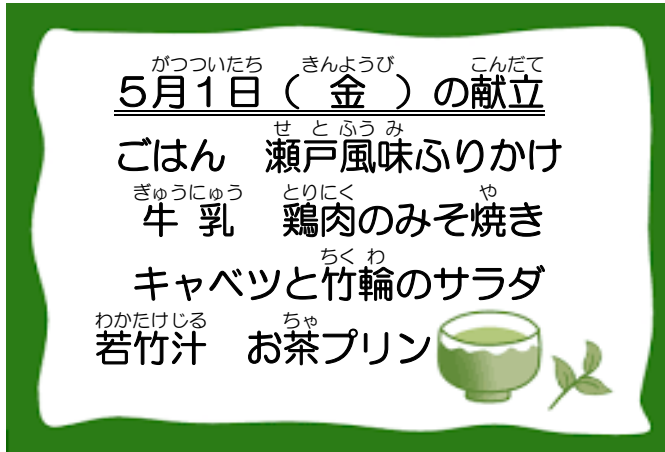


給食 News

令和8年5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>



ついたち きんようび きゅうしよく はちじゅうはち や こんだて
1日(金)の給食は「八十八夜献立」です。

はちじゅうはち や りっしゅん かぞ にちめ ひ
八十八夜とは、立春から数えて88日目にあたる日のことです。

ことし がつよっか りっしゅん がつふつか はちじゅうはち や
今年は2月4日が立春だったため、5月2日が八十八夜となりま

す。この時期は霜が降りなくなり、だんだんと暖かくなって気候が

安定し、昔から本格的な農作業を始める目安とされてきました。特

に新茶の収穫が始まる時期で、「八」が重なることから、農業にと

って縁起がよい日です。

はちじゅうはち や つ しんちゃ の ながい い つた
八十八夜に摘んだ新茶を飲むと長生きするという言い伝えがあ

るように、お茶には健康に役立つ成分がたくさん含まれています。

お茶に含まれるカテキンには、ウイルスを細胞につきにくくし、風邪

を予防する効果があります。また、虫歯や口のおいを防ぐ働きも

あります。

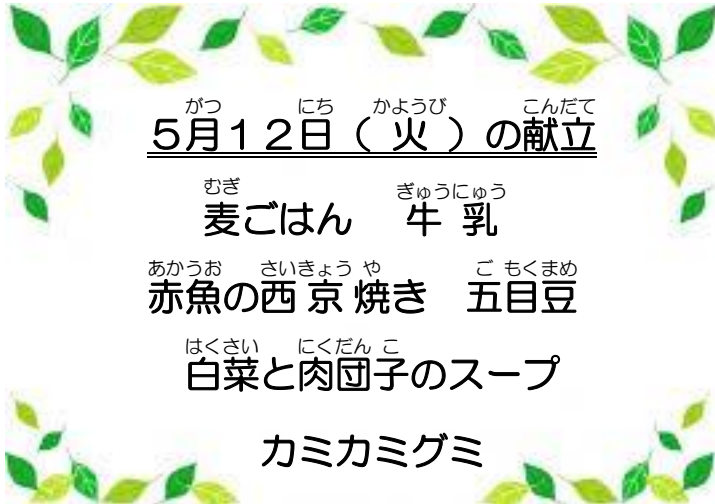
はちじゅうはち や まっちゃ ていきょう
八十八夜にちなんで、「抹茶プリン」が提供されます。

ふうみ あじ た
風味を味わいながら、食べてみてください。

給食 News

令和8年5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>



にち かようび きゅうしよく た こんだて
12日(火)の給食は「よくかんで食べよう!カミカミ献立」です。

やちよまち つき いちど た
八千代町では、月に一度よくかんで食べてもらうために、かみごた
えのある食材や、歯を丈夫にするカルシウムを多く含む食材を使
った「カミカミ献立」を実施しています。

ごもくまめ しいたけ
五目豆のひじき・スープの椎茸や、カミカミグミはかみごたえが
あり、歯を丈夫にしてくれる食材です。また、牛乳はカルシウム
を多く含みます。たくさんかむことと、カルシウム + 干椎茸などの
ビタミンDを含む食品を積極的にとることで丈夫な歯がつくら
れます。

しょくじ とき た しゅうちゅうりよく たか
食事の時、よくかんで食べることで、集中力が高まったり、
脳の働きがよくなります。

た のう かつせいか べんきょう うんどう
よくかんで食べて脳を活性化させ、勉強や運動にとりくみましょう。

給食 News

令和8年5月4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>



がつ にち げつようび こんだて
5月18日(月)の献立

むぎ きゅうにゅう
麦ごはん 牛乳

てりや にくだんご ぶた いた
照焼き肉団子 豚キムチ炒め

しお
キャベツのうま塩スープ



にち げつようび きゅうしょく ちさんちしょう やちよ ひこんだて
18日(月)の給食は「地産地消:八千代の日献立」です。

キャベツのうま塩スープに、八千代町でつくられたもやし・ねぎを
取り入れました。

もやしには、かぜなどのウイルスから体を守るビタミンCと、
お腹の中をきれいにする食物繊維が含まれています。

ねぎには血液の流れをよくする成分が含まれています。

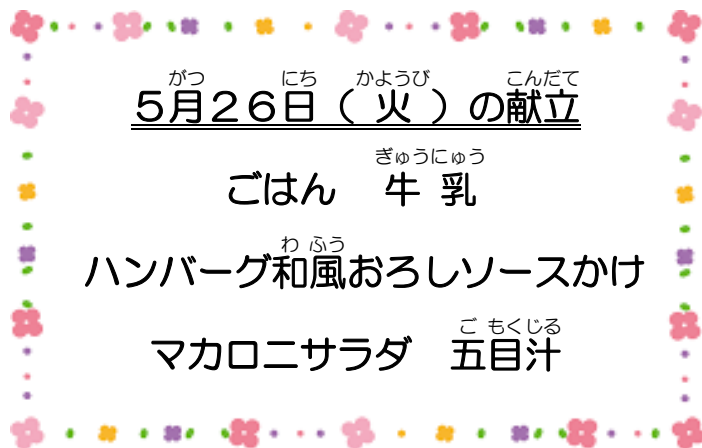
町内産の野菜とキャベツ・チンゲン菜・かにかまの彩りよい春ら
しいスープです。

野菜を作ってくれた農家の方に感謝をし、できるだけ残さずに
食べましょう。

給食 News

令和8年5月5週
八千代町立学校給食センター発

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



26日(火)の給食は、五目汁にハート型の人参を使った

「ラッキー人参献立」です。

人参にはビタミンAや食物繊維が含まれています。ビタミンAは

目の健康を支えたり、皮膚や粘膜を丈夫にします。食物繊維はお腹

の中をきれいにする働きがあります。

五目汁は、いろいろな食材が入った臭だくさんの汁物です。

給食では、ごぼう・人参・大根・長ねぎ・厚揚げ・干し椎茸を入れ

て作りました。野菜と厚揚げのだしのうま味がきいた汁物です。

ラッキー人参を探しながら、味わっていただきましょう。

ハート型の人参が入っているとよいですね♪