



給食だより



令和8年6月29日
板橋区立志村第四小学校
校長 小宮 孝之
栄養士 森田 真菜美

暑さに負けない体づくりを！

気温の高い日が続いていますが、夏本番はこれからです。こまめな水分補給で熱中症を予防するとともに、食事をしっかりとって体力を付け、暑さに負けない体づくりをしましょう。



夏の行事食いろいろ

7/2 ごろ (夏至から11日目～七夕までの5日間)	7/7	7/13～16 (または8/13～16)	7月下旬ごろ (2026年は7/26)
半夏生 タコ (関西地方) 焼きサバ (福井県)	七夕 そうめん	お盆 しょうじりょうり 精進料理	土用の丑の日 ウナギ 「う」のつく食べ物

★今月のとれたて村給食★



2日 山形県最上町産トマト
「最上町産トマトと卵のスープ」

10日 長野県駒ヶ根市産玉ねぎ
「小魚の駒ヶ根市産玉ねぎソース」



★七夕の行事食★

7日 五目ちらし寿司
かれのい照り焼き
七夕汁



★今月の鉄分強化献立★

6日 大豆とポテトのフライ



やってみよう

とうもろこしの皮むき



9日(木)、1年生がとうもろこしの皮むき

体験をします。皮をむいたとうもろこしは

給食室で調理して、「茹でとうもろこし」として

給食に登場します。食材に触れていろいろな

発見をして、給食でおいしくいただきたいと

思います。

今月の給食目標

きれいなもりつけをしよう！

もりつけがきれいだと、よりいっそう

おいしく見え、食欲がわいてきます。

食材のバランスや彩りも意識して、

食べる人のことを考えてもりつけを

してみましょう。

