

10月給食だより

令和8年10月 赤塚第二中学校



◇◇◇実りの秋です！◇◇◇

新米の炊きたてごはん、脂ののったさんま、りんご、ぶどう、栗、さつまいもなどなど……。秋はおいしい食べ物がたくさん出回ります。‘秋の味覚’というとみなさんは何を思い浮かべますか？給食でも秋の食材がたくさん登場します。旬の食べ物は味がよく、栄養も豊富です。味覚の秋を楽しみましょう。

7年生 富士見高原移動教室 事前学習

赤二中では、板橋区成増の農家の染宮さん・徳丸の農家の石井さん・西台の農家の山口さんの畑で採れた野菜を使用しています。7年生が移動教室で行う農村体験の事前学習として、板橋区の農業の形である都市農業について学びました。教育実習生2名からのクイズにも盛り上がっていました。事後学習で染宮さんから話をいただく予定です。



実習生



志村みの早生大根はどっち？

青首大根

志村みの早生大根

板橋区発祥
の大根

PTA主催 給食試食会 開催

9月25日に給食試食会が行われ、およそ70名の保護者のみなさまが参加されました。参加されたみなさま、役員やお手伝い係の方々、本当にありがとうございました。

今年度のメニューは「牛乳・味噌ラーメン・うずら煮卵・白玉サイダーポンチ」でした。生徒の人気メニューや麺料理が食べてみたいという昨年度のアンケートを踏まえ、役員さんからのリクエストにより、味噌ラーメンに決定しました。

今年のアンケートで要望の多かった、うずら煮卵のレシピを紹介します。

うずら煮卵

*調味料・水分量は目安です。うずら卵の数や鍋の大きさにより調整してください

(材料) 10個分

うずら卵(水煮)	10個
しょうゆ	大さじ1
上白糖	大さじ1
みりん	小さじ1
酒	小さじ1
水	大さじ2

(作り方)

- ①鍋に調味料と水を入れて火にかける。
- ②煮立ったらうずら卵を入れて、弱火でころがしながら約10分煮る。(給食室では約30分煮ています)
- ③火を止めて、そのまましばらくおく。

今月も、8年生が作成した献立が登場します。今年度は「絵本のまち板橋」を意識した、素敵なブックメニューが数多く見られます。(10月27日～11月9日読書週間)

8年2組 さん考案 (13日)

トマトの日×目の愛護デー×食品ロス削減

牛乳・スパゲティミートソース・トマトとツナのサラダ・おから入りブルーベリーケーキ

10月10日は、「トマトの日」「目の愛護デー」そして10月は食品ロス削減月間です。ミートソースとサラダにトマトを使用し、デザートにブルーベリーとおからを使用しました。ブルーベリーは目に良いフルーツです。

8年1組 さん考案 (20日)

お月見×秋

牛乳・栗ごはん・月見つくね・秋のみそ汁・きなこだんご

お月見にちなんだ食材や秋の味覚を使用した献立にしました。月見つくねの中にはうすら卵を入れ、つくねを丸くして満月をイメージしています。10月の月見は「十三夜」と言い、別名「栗名月」と言われています。

8年4組 さん考案 (21日)

合唱コンクール応援メニュー

牛乳・いい声♪ハニートースト・ハーモニーチキンピーンズ・おんぷ♪りん

ハニートーストは、のどに良いはちみつを使用しています。ハーモニーチキンピーンズは、歌のハーモニーと食材のハーモニーをかけました。おんぷ♪りんはネーミングを工夫し、プリンの上にココアパウダーをかけることでいつもと違う特別感を出しています。

8年1組 さん考案 (28日)

「モモの世界」発行50周年

牛乳・マイスター・ホラのココアパン・円形劇場のチーズハンバーグ・

やさしさサラダ・ひとかけらのりんご

好きな物語「モモ」をテーマにした献立を考えました。人々のやさしさやあたたかさを大切にしたい作品なので、人とのつながりで登場した食材や場所をイメージしたメニューにしました。「モモ」は今年で発行50周年です。

8年3組 さん考案 (29日)

不朽の名作「ごんぎつね」×秋の味覚

牛乳・ごんのつぐない混ぜごはん・誰が盗った?いわしの蒲焼き

里山めぐ(恵)みそ汁・みかんゼリー

読書の秋にちなんで、誰もが読んだことのある「ごんぎつね」と秋の味覚をかけ合わせた献立を考えました。混ぜごはんは、ごんが償いとして兵十に持っていった栗ときのこを使用しました。いわしも兵十の家に投げ入れた(届けた)食材です。