



ランチタイム

9月号



綾瀬市立学校給食センター

休み明けは、朝なかなか起きられなかったり、体がだるかったり、勉強に集中できなかったり、なんとなく元気が出ないことはありませんか？休み中の夜ふかしや不規則な食事などによって、生活リズムが乱れたことが関係しているかもしれません。そろそろ夏の疲れも出てくる時期です。残暑に負けず、元気に過ごすために「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整えましょう。



早園小学校の6年生は昨年、総合学習の時間に「給食センターとのつながりを通して」というテーマで探究活動を行いました。9月に行われた栄養指導を皮切りに給食センターの見学、栄養技師へのインタビュー、野菜の下処理を体験しました。普段見ているクラスの残食量と比較にならない残食量が給食センターに戻ってくる様子を見て、「この残食をどうにか減らしたい！」と考え、個人やグループで、どんな献立だったら残食が減るかを検討しました。

こどもたちの考えた献立を9月の給食で提供します。おたのしみに！



1組



残食のデータを見て、野菜の残りが多いことが分かりました。3年生が苦手な野菜について調べて、「なす」を苦手としている人が多いことが分かったので、なすを使った「のりごま和え」「豚キムチ」「カレーライス」の3つのメニューを考え、栄養技師に提案を行いました。人気な献立に苦手な野菜を入れることで、残食を減らせると考えました。

豚キムチ(なすとえのき入り)

提供日：A・中学コース 4日(金)・ Bコース 11日(金)



2組



綾瀬市産♪

残食を調べると、野菜だけの献立は残食が多く、野菜が入っている献立でも、お肉料理やカレーは残食が少ないことが分かりました。そこで、お肉料理やカレーの中に入っている野菜を増やしたら、残食が減らせるのではないかと考えました。



カレーライス(ピーマンとコーン入り)

提供日：A・中学コース 11日(金)・ Bコース 10日(木)

学校給食食材のお知らせ

- 9月分に使用予定の主な食材の産地は次のとおりです。

1 青果

品 名	産 地	品 名	産 地	品 名	産 地
えのきたけ	長野・新潟	きゃべつ	群馬	きゅうり	福島
しめじ	長野・茨城	じゃがいも	北海道	大根	北海道
ごぼう	群馬・青森	長ねぎ	青森・秋田	にんじん	北海道
ちんげん菜	茨城・群馬	たまねぎ	北海道	ピーマン	岩手
もやし	栃木・福島	にら	栃木・茨城	梨	茨城・福島・千葉・栃木

2 肉類

品 名	産 地	品 名	産 地
豚肉	神奈川	鶏肉	青森

3 穀類

品 名	産 地	品 名	産 地
米	日本	パン用小麦粉	カナダ

4 牛乳

品 名	産 地
飲用牛乳	北海道

産地は予定ですので、変更になる場合があります。その他、食材に関しご不明な点があれば学校給食センターにお問い合わせください。

<令和8年度学校給食費 自動振替日のお知らせ>

4月・5月分	6月1日(月)	6月分	6月30日(火)	7月分	7月31日(金)
9月分	9月30日(水)	10月分	11月2日(月)	11月分	11月30日(月)
12月分	1月4日(月)	1月分	2月1日(月)	2月・3月分	3月1日(月)

※ 振替日の前日までに預貯金残高の確認をお願いします !!

※4月・5月分と、2月・3月分は、2か月分を併せて引き落とします。

※口座引き落としができなかった場合は、納付書での納付をお願いします。

○令和8年度の中学校学校給食費の半額を市が補助します

市では、物価高騰による保護者の経済的負担の軽減と、子育て世帯への家計支援を図ることを目的に、令和8年4月から令和9年3月分までの11カ月分について、国の交付金を活用し、時限的に学校給食費の半額を補助します。

(手続き等は不要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。) ⇒



学校給食の変更に関する手続きのお知らせ

アレルギー等による給食区分の変更(牛乳あり なし等)や、転出・長期の休学等による給食の喫食停止(又は停止中の給食の再開)は、申込内容が変更となる日の5日前までに「学校給食届出書」の提出が必要です。

アレルギー等により完全給食(食事及び牛乳)の喫食ができない場合は、あらかじめ学校に相談願います。

こちらの二次元コードからお手続きできます

