

7月 給食だより

2026年7月
富士吉田市学校給食センター

Book Lunch ブックランチ



令和8年度は、本の中に登場する食べ物や料理を給食で紹介する「ブックランチ」が始まりました。5月から2月まで毎月1冊の本を紹介し、お話を提供する給食を提供します。

給食を通して、本に親しみ読書の楽しさをたくさんの人に味わってほしいです。

7月14日(火)の献立・・・ラタトゥイユ



『男子☆弁当部
弁当バトル!野菜で勝負だ!!』

著者:イノウエミホコ

絵:東野さとる

ポプラ社



7月に紹介する本は、「男子弁当部☆弁当バトル!野菜で勝負だ!!」です。男子弁当部に強力なライバルがあらわれた。同級生の泉田は野菜の達人なのか? 泉田の畑で農作業を体験した3人が見たものは、感じたことは? 男子弁当部、本気の弁当づくりが始まる・・・。



7月10日(金) ~地産地消~
おしのおうさん
忍野村産のとうもろこしを食べよう!

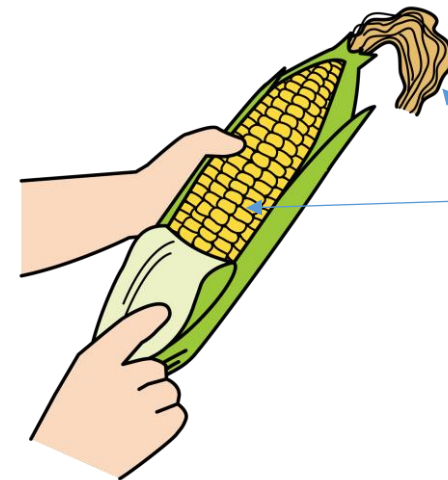
吉田小学校1・2年生 皮むき体験学習

「とうもろこし」のおいしい季節がやってきました。7月10日は、忍野村で育った「とうもろこし」を給食で提供します。

農家さんは、夜明け前の午前3時ごろから収穫をはじめます。収穫された1000本のとうもろこしが、八百屋さんのトラックで給食センターへ運ばれます。給食センターでは、調理員さんが総出で、運び込まれ

た約1000本の「とうもろこし」の皮むきをします。1本1本ていねいに皮をむき、ひげを取るのに、時間がかかり、根気が必要などとても大変な作業です。今年、吉田小学校の1年生と2年生が給食で使う「とう

もろこしの皮むき体験学習」をする予定です。富士北麓地域で実った新鮮な「とうもろこし」にふれ、楽しく体験学習をしてもらいたいと思います。お楽しみに!



ひげと実は、1本ずつ、つながっているの、同じ数だけあります。





暑さに負けない体づくりを!

すでに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つけ、暑さに負けない体づくりをしましょう。

「作り置き料理」の食中毒にご注意ください

給食のない日の昼ごはんには、チャーハンやパスタ、焼きそばなど、ごはん料理やめん料理が定番というご家庭も多いのではないのでしょうか。このような料理を原因とする「セレウス菌」食中毒が、夏に多く発生しています。セレウス菌は土壌や河川、空気中など自然環境に広く存在しており、穀類や野菜など農産物にも付着しています。加熱しても「芽胞」という熱に強い形になるため、完全に死滅させることはできません。さらに、30℃前後の室温で長時間放置すると菌が増え、下痢や腹痛または嘔吐を引き起こします。

「セレウス菌」食中毒を防ぐポイント


<p>野菜はよく洗う、食材の中心部までしっかり加熱するなど、衛生的に調理する。</p> 	<p>調理後は室温に放置せず、なるべく早めに食べきる。</p> 
<p>料理は小分けにして冷まし、冷蔵庫で保管する。</p> 	<p>料理を持ち歩く場合は、保冷剤や保冷バッグを使い、涼しい所で保管する。</p> 

7月の行事&記念日 3択クイズ

7/2 半夏生

Q. 農家にとって、この日は何の目安になっている?


① 畑を耕す ② 田植えを終える ③ 稲刈りをする



7/2 うどんの日

Q. うどんの食感がしっかりしていて弾力があることを何という?


① アタマがいい ② コシが強い ③ アシが速い



7/7 セタ

Q. セタに食べる習慣があるそうめんは、何からできている?

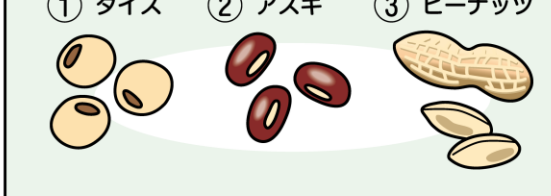
① 小麦粉 ② 米 ③ とうふ



7/10 納豆の日

Q. 納豆は何を発酵させたもの?

① ダイズ ② アズキ ③ ピーナッツ



7月下旬ごろ 土用の丑の日

Q. この日に食べる習慣があるうなぎは、どこでたまごを産む?

① 川の上流 ② 湖 ③ 深い海



7/27 スイカの日

Q. スイカを漢字で書くと?

① 西瓜 ② 南瓜 ③ 冬瓜



こたえ 半夏生=② うどんの日=② セタ=① 納豆の日=① 土用の丑の日=③ スイカの日=①(南瓜はかぼちゃ、冬瓜はとうがん)

