

れいわ ねんど がつきゅうしょくこんだて きゅうしょくしゃしん
令和7年度 6月給食献立・給食写真

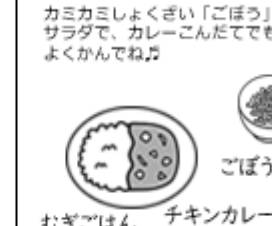
2(月) 「しゅうはじめ」は、じゅんぴしやすく、たべやすく♪  ぶたキムチどん オレンジ はるさめスープ 牛乳	3(火) 「さんかくたべ」をいしきて、たべるようにしましょう。  あおなのごまあえ きびなごのからあげ 牛乳 もちきびごはん クーリジシ	4(水) せすじをのばして、よくかんで、たべるようにしましょう。  なつやさいのスパゲティ ほうれんそうオムレツ 牛乳 ポテトサラダ
--	---	--



★ 地域の安里さんからスパゲティに使用するピーマンをいただきました。

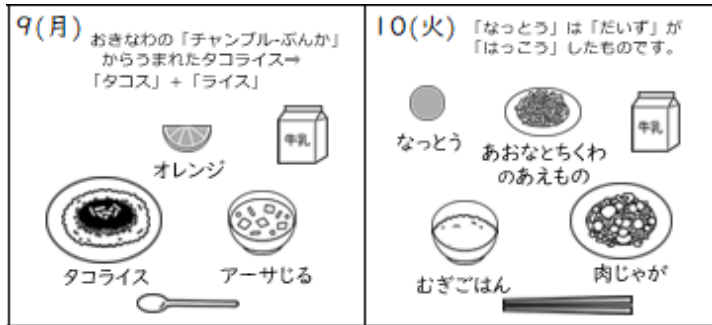


ふねけっこう 船欠航により(3日と4日の)献立入れ替え

5(木) 水泳教室  マーボ-とうが ん 牛乳 むぎごはん 肉だんごのス-プ	6(金) 水泳教室  カミカミしよくざい「ごほう」サラダで、カレーこんだてでもよくかんでね♪ 牛乳 むぎごはん ごほうサラダ チキンカレー
---	--



★ごほうサラダに、保護者の川越さんからいただいたきゅうりをたっぷり使い、おいしくいただきました。



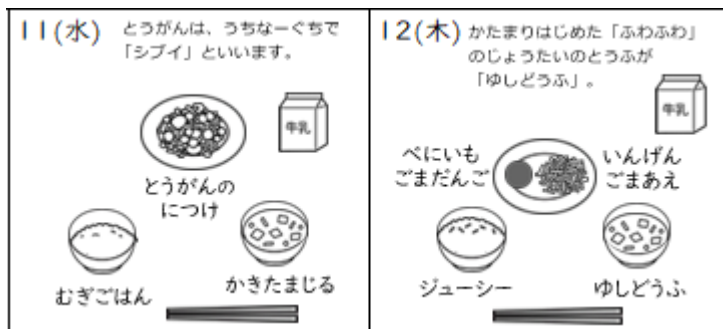
【給食時間のひとくちメモ】

「スプーン」で食べる料理は、おはしで食べる時より
早食いになりがちです。

スプーンは、おはしに比べて 一度にたくさんの食べ物を口に運ぶことができます。

一度にたくさんの食べ物を口に運んだ後は、しっかりと
かんで 口に入ったものを小さくする必要があります。

ほたいきゅうしゅくいん じどうせいと きゅうしゅくじかん よ
保体給食委員の児童生徒が給食時間に読みあげます。



モロヘイヤの種には毒があると聞いたが、本当ですか。

回答

農林水産省 WEB サイト抜粋

モロヘイヤの種子には、強心配糖体(強心作用のある成分)が含まれることが知られ、誤った摂取は、めまいや嘔吐などの中毒を起こします。近年、長崎県の豊後で、葉のついたモロヘイヤを食べた牛が死んだという事例が報告されています。

モロヘイヤに含まれる強心配糖体については、成熟した種子で最も多く含まれるほか、成熟中の種子、成熟種子の葉(さや)、発芽からしばらくまでの若葉などにも含まれますが、収穫時の葉、葉、根の各部位並びに蕾(つぼみ)発生期の葉、葉、根、蕾の各部位には含まれず、野菜としての「モロヘイヤ」、モロヘイヤの乾燥食品、モロヘイヤ茶などからも検出されないことが報告されています。

従って、家庭菜園などでモロヘイヤを栽培し、食されている場合には、収穫時期に十分留意し、種子やその葉が混入しないよう、また、市販のタネには、強心配糖体が含まれているので、小児等が誤って口に入れない等の注意が必要です。

しかしながら、野菜として流通しているモロヘイヤを摂取することによって健康被害が起きることはないと考えられます。



(冷凍)ほうれん草の代わりに、地域の安里さんからいただいた
モロヘイヤをかきたま汁でおいしくいただきました。



12(木)



いんげん^かの代わりに、校内で収穫した
ゴーヤー^{こうない しゅうかく}をごまあえ^{しょう}に使用。

ふねうんこうなど つごう とうふ とうがん あぶらあ じる へんこう
船運航等の都合により、ゆし豆腐が冬瓜と油揚げのすまし汁に変更



ピパーチ (ピパーツ)

【給食ひとくちメモ】

波照間小中学校のクファジュシーには、葉を刻んで使用しています。



目的

うみ たいけんがくしゅう
海の体験学習

- ①波照間島の海や漁法について学ぶ。
- ②波照間島近海で獲れる魚やその数について調べたり体験したりして学ぶ。
- ③海の環境や文化について調べ、それらを保全・継承することについて考える。

内容

- ①小学1～4年生はグラスボートでサンゴの観察を行う。
- ②小学5、6年生はグルクン釣り・トローリング・魚さばき体験を行う。
- ③中学生は、追い込み漁と魚を捌く体験を行う。
- ④荒天等で海の状況が悪くなった場合は、予備日実施を検討する。
- ④小学部低中学年は給食あり。中学部・小学校高学年は弁当持参とする。

うみ たいけんがくしゅう えんき
海の体験学習延期のため

『コロッケ⇒パン粉フレンチトースト』

【献立ひとくちメモ】

前年(2024)度の海の体験学習「グルクン釣り・魚さばき体験」後、釣ってさばいたグルクンは給食になりました。

13(金)

海の体験学習



13(金)



16(月) 残量調査→20:金



17(火)



ふね けっこう つづ ぎゅうにゅう
船の欠航が続き、牛乳なし。

16(月)



17(火)



18(水)

「しゅんぎく」と「パジル」
でグリーン(みどりいろ)
になっています。



19(木)



18(水)



19(木)



こんだて
【献立ひとくちメモ】

ミネストローネには、石垣島でとれた魚(さかな)を角切りにして使用し、一食の献立にできるだけ肉類が
重ならないように意識しています(スパゲティにベーコンを使用しているので、スープには魚と大豆を使用)。

魚を食べているかな!?

沖縄の現状について

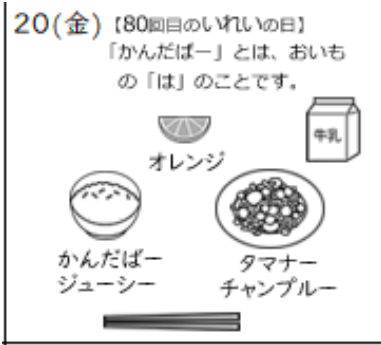


他の加工肉 購入金額 (円)

品名	単位	購入金額 (円)	品名	単位	購入金額 (円)	品名	単位	購入金額 (円)
1 新市	5,845		18 新市	2,710		36 新市	2,710	
2 新市	4,555		19 新市	2,710		37 新市	2,710	
3 新市	4,555		20 新市	2,710		38 新市	2,710	
4 新市	4,555		21 新市	2,710		39 新市	2,710	
5 新市	4,555		22 新市	2,710		40 新市	2,710	
6 新市	4,555		23 新市	2,710		41 新市	2,710	
7 新市	4,555		24 新市	2,710		42 新市	2,710	
8 新市	4,555		25 新市	2,710		43 新市	2,710	
9 新市	4,555		26 新市	2,710		44 新市	2,710	
10 新市	4,555		27 新市	2,710		45 新市	2,710	
11 新市	4,555		28 新市	2,710		46 新市	2,710	
12 新市	4,555		29 新市	2,710		47 新市	2,710	
13 新市	4,555		30 新市	2,710		48 新市	2,710	
14 新市	4,555		31 新市	2,710		49 新市	2,710	
15 新市	4,555		32 新市	2,710		50 新市	2,710	
16 新市	4,555		33 新市	2,710		51 新市	2,710	
17 新市	4,555		34 新市	2,710		52 新市	2,710	
18 新市	4,555		35 新市	2,710		53 新市	2,710	
19 新市	4,555		36 新市	2,710		54 新市	2,710	
20 新市	4,555		37 新市	2,710		55 新市	2,710	

加工肉





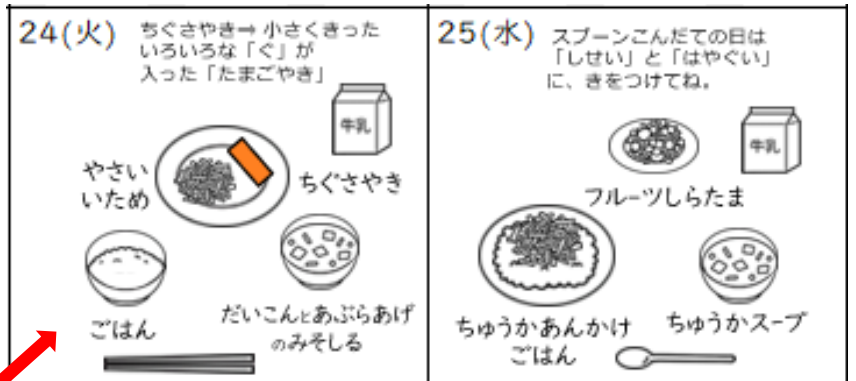
ンム(芋)の葉⇒カンダバー

はてるま
波照間島では「芋」⇒「あがん」

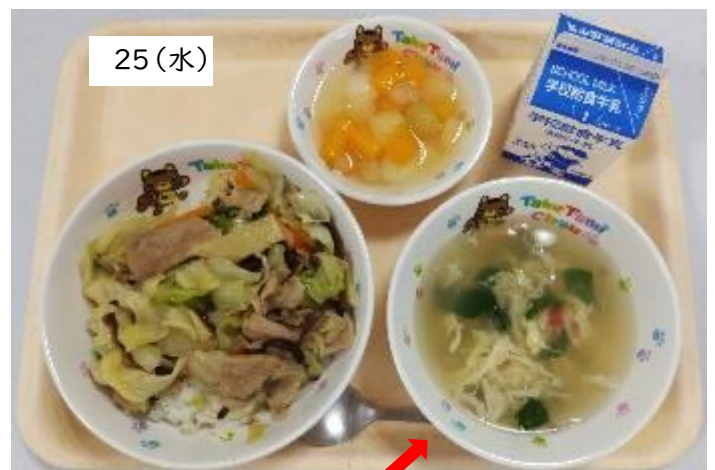
しょくざい つごう へんこう
食材の都合によりオレンジをモモに変更



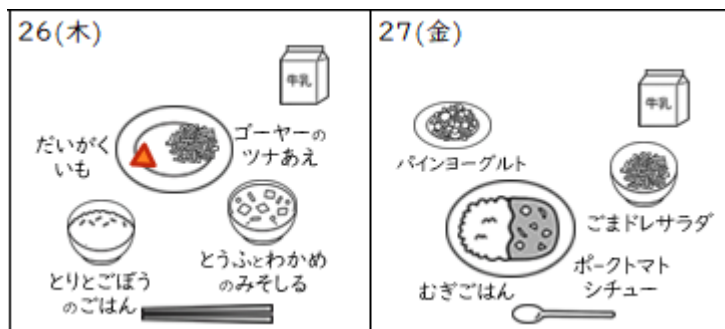
ちいき はてるま はたけ しゅうかく
地域の波照間さんの畑からカンダバーを収穫し、
ジュシーとしておいしくいただきました。



しょくざい つごう しる だいこん とうがん へんこう
食材の都合により、みそ汁の大根を冬瓜に変更



か ちいき あさと
ニラの代わりに、地域の安里さんからいただいたモロヘイヤをちゅうかスープでおいしくいただきました。



あま かお こ かんづめ か つか
 甘い香りがしていた3個を缶詰の代わりに使い、
 ヨーグルトといっしょにデザートにしました。



にしおもてとうぶ せいさんくみあい いりおもていがい しまじま こたち いりおもてじまさん た
 西表東部パイン生産組合より「西表以外の島々の子達へ西表島産のおいしいパインを食べてほしい」

こていきょう
 とのことで、15個提供して
 いただきました。

「パイン」と「パイナップル」は同
 じ果物を指しており、呼び方の違い
 だけです。

用語の違い

- パイナップル: 英語で「pineapple」と表記される果物で、熱帯アメリカが原産の多年草です。果実の形が松ぼっくりに似ていることから「pine (松)」と「apple (果実)」を組み合わせた名前です。
- パイン: 「パイナップル」の略称として日本で使われることが多いですが、英語圏では「pine」と言うと松を指すため、注意が必要です。日本では「パイン」と言うとパイナップルを指すことが一般的ですが、海外では通じません。

