

令和8年



8月 給食だより

十日町市立田沢小学校

全校児童配付

うちのひとと
いっしょによもう！

今月の目標

1日3食しっかり食べよう

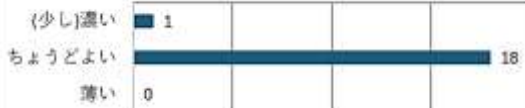
夏休みも終わり、2学期がスタートしました。まだまだ暑い日が続きます。夏の疲れを吹き飛ばして楽しく学校生活が送れるよう、食事や睡眠など、生活リズムを整えることを心がけましょう。

1年生親子活動「給食試食会」アンケート結果のお知らせ

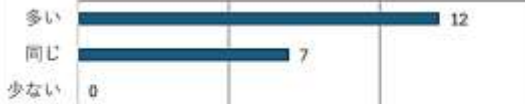
7/10（金）に1年生の給食試食会が行われました。1年生は張り切って準備したり、食べる時の姿勢を気にしたり…うちの方にかっこいいところを見てもらおうとがんばる様子がとても良かったです。遅くなりましたが保護者アンケートを集計しましたのでお知らせします。



子ども向けの食事として
味付けはいかがでしたか？



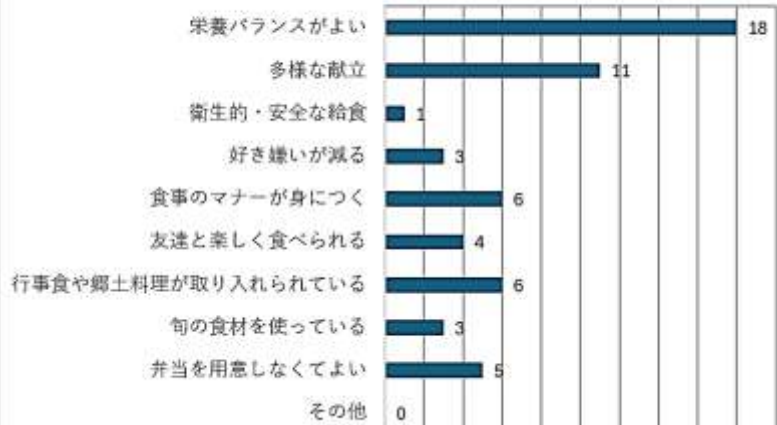
お子さんのご家庭での食事と比べて
量はいかがでしたか？



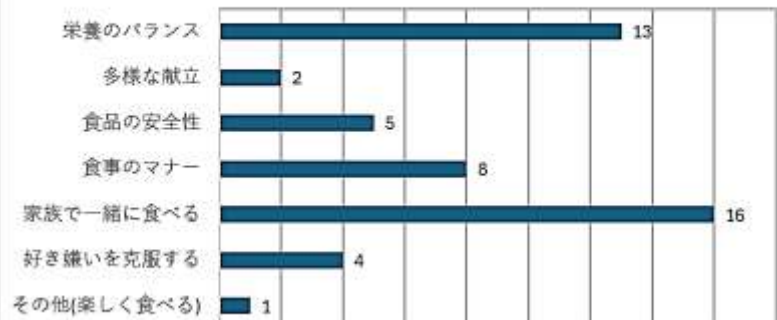
料理の温度はいかがでしたか？



給食のよいと思う点を3つまで選んでください。

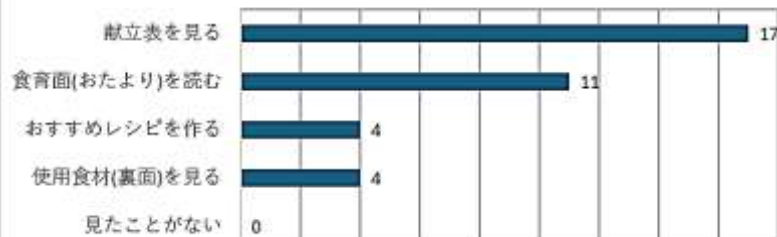


ご家庭でお子さんの食生活で気を付けていることを
3つまで選んでください。



給食だよりを活用していますか？

あてはまるものを全て選んでください。



その他ご意見（一部抜粋）

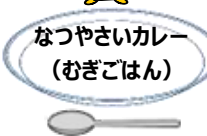
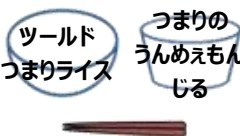
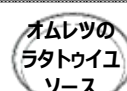
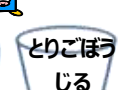
- ・家で出ないような献立もあり、いろんなものが食べられていいと思った。
- ・家ではバランスや食材にかたよりが出てしまうので、とてもありがたい。
- ・数少ない自校給食で、できたてのおいしい給食を食べさせてもらっていることに日々感謝です。
- ・「今日のメニューの〇〇がおいしかった」「おかわりした」など、夕食時の話題になることも多いです。今日のしぐれ煮もおいしかったです。

1年生保護者の皆様

ご協力ありがとうございました。
いただいたご意見は、給食指導や運営に生かしていきます。

8月のこんだて表

都合によりこんだてを変更することがあります。

曜日	月	火	水	木	金
日	28日は「ツールド妻有こんだて」			27 始業式	28 ツールド妻有こんだて
こんだて	8月30日（日）に中里地区を中心に自転車レースが行われます。里山を走る自転車をアートに見立てて始まったツールド妻有も、今年で20回目です。美しい景色とアップダウンのある難しいコース、そしてエイドステーションのおいしい食べ物を求めて、全国からレーサーが集まります。 給食では、大会のイメージカラーの黄色いごはんや、自転車のタイヤみたいなおかず、妻有の食材をたっぷり使ったお汁をいただきますよ。			  	  
エネルギー				644 キロカロリー	644 キロカロリー
たんぱく質	    			23 グラム	20.7 グラム
日	31	2学期が始まりました。給食の準備はOK？ ☆給食の準備には全員マスクが必要です！ 忘れずに持ってきてましょう！ ☆ランドセルに予備のマスクも入れておきましょう！ ☆給食当番は、髪の毛を帽子の中に入れます。 髪の毛の長い人は結んでくるか、ヘアゴムを用意して、いつでも結べるようにしておきましょう！			
こんだて	    	   			
エネルギー	623 キロカロリー				
たんぱく質	28.3 グラム				

使用食材一覧表



日	献立名	あかの仲間 (血や肉になる)		みどりの仲間 (体の調子を整える)		きいろの仲間 (熱や力の元になる)		脂質 加味 鉄 食塩相当量
		肉・魚・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物など	米・めん・パン・いも類・砂糖	油脂・種実類	
27 木	なつやさいカレー	豚肉	脱脂粉乳	にんじん、トマト	玉ねぎ、ズッキーニ、なす	米、押し麦、じゃがいも	油	19.0 g
	ツマリーちゃんめ				えだまめ			318 mg
								2.1 mg
								1.6 g
28 金	ツールドツマリーライス					米	バター	17.6 g
	しゃりんあげ					車麩、でんぷん、砂糖	油	284 mg
	エピソード (ゆでとうもろこしのわぎり)				とうもろこし			2.1 mg
	ツマリーのうめえもんじる	豚肉、豆腐、みそ		にんじん、青ピーマン	とうがん、玉ねぎ	つきこん、じゃがいも		1.9 g
31 月	ごはん					米		19.7 g
	オムレツのラタトゥイユソース	オムレツ		トマト	玉ねぎ、ズッキーニ、なす	砂糖	油	324 mg
	イタリアンサラダ			赤ピーマン	きゅうり、カリフラワー、玉ねぎ	砂糖	油	2.2 mg
	とりごぼろ	鶏肉、生揚げ		にんじん	玉ねぎ、ごぼう、ねぎ	じゃがいも	油	1.7 g



令和8年8月 十日町市立田沢小学校

- ※ 200ml の牛乳が毎日つきます。
- ※ 都合により献立や使用食材が変更になることがあります。