



2025年
6月26日発行
北海道教育大学
附属釧路義務教育学校前期課程

みっちゃく ねんせい きゅうしょく 密着！6年生セレクト給食

6月6日に行われた「セレクト給食」の様子をお伝えします。いつもは、4～5品の給食ですが、今日は7品の提供でした。

1組、2組の両方で調理員さんを目の前にいつもより気合が入った「いただきます！」の号令が印象的でした。また、この日は調理員さんから日頃の給食作りへの思いが語られました。担任の先生から、「調理員さんが、6年生みんなのためにと準備していたこと」「セレクト給食は、近隣の学校にはない珍しい取組で、なかなか経験できないこと」であることが伝えられました。

食べ始めると、6年生のはじけるような笑顔がたくさん見ることが出来ました。いつもより品数が多いので全て食べきれないかな？という不安をよそに6年生のみなさんは、おかわりじゃんけんもして、しっかり食べてくれました。後期課程へ進学するとお弁当です。進級まで残りの給食もしっかり残さず食べてもらえると嬉しいです。



ろくねんせい かんが こんだて で 六年生の考えた献立が出ます！



6年生が家庭科の学習の一環で、給食の献立を考える取り組みを行いました。その中から、7月は3名の考案した献立を提供します。

7月1日 野菜×6 Lunch

- ・(コッペパン)
- ・ミネストローネ
- ・てりやきハンバーグ
- ・ABC サラダ

ポイント
栄養が良く、野菜がたくさん入るようになりました。また、人気がある給食にしました。

7月2日 ごはんが進む Lunch

- ・わかめごはん
- ・かぼちゃだんごじる
- ・とりのからあげ
- ・わかめとツナのしょうゆマヨあえ

ポイント
五大栄養素が含まれていて、みんなが好きそうなものを入れました。

7月3日 えいようそたっぷり Lunch

- ・やきそば
- ・もやしナムル
- ・サイダーゼリー

ポイント
炭水化物もはいているけど野菜もとれるように彩りと健康に気をつけました。あと黄色、赤、緑の3つもそろいます。

来月も6年生が考案した献立を取り入れていきますので楽しみにしてください！

ほっかいどう 北海道グルメ week

私たちが暮らす北海道には、様々な地域で採れる農産物を活かした料理が多くあります。そんな北海道ならではの料理を少しでも多く知ってもらい、より北海道を好きになってもらえるように北海道グルメweekを行います。毎日、様々な北海道にちなんだ料理が出ますので楽しみにしてください。

7月14日

・北の大地スープ
(北の大地スープとは)
北の大地スープは、食塩の過剰摂取が懸念されている現代において、小さい頃から薄味に慣れ、生涯にわたって健康に過ごすための食習慣を身に付けさせたいという願いから考案された献立です。

7月15日

・パンスパン
・チャイニースチキン
(チャイニースチキンとは)
チャイニースチキンは、函館にあるご当地ハンバーガーショップで一番人気なハンバーガーに挟まれているチキンのことです。給食でも味の再現を目指して頑張ります！ぜひ、パンに挟んで食べて下さい！



7月16日

・かしわめき
・さけのチャンチャンやき
(さけのチャンチャンやきとは)
さけのチャンチャンやきは、北海道全域の漁師町で古くから食べられており、漁師たちが浜辺で大きな鉄板で豪快に焼いて皆で囲んで食べる料理でした。

7月17日

・カレーラーメン
(カレーラーメンとは)
カレーラーメンは、北海道ご当地ラーメンの第4のラーメンとして注目されています。室蘭市では、地元のソウルフードとして幅広い世代に愛されるようになりました。

2月21日

・エスカロップ
・糠飼生クリームフラマンジェ
(エスカロップとは)
エスカロップは、漁師さんの「早くお腹いっぱいになれるメニューが食べたい」という希望を叶えるために考案されたメニューです。早く食べるためにフォークだけで食べるのが本来の食べ方だそうです。

暑い時期は食中毒に要注意！

食中毒は、細菌やウイルスが付いた食べ物や、有害・有毒な成分を含む食べ物や、腹痛や下痢、吐き気、発熱などの症状が起こることです。1年のうちでも気温や湿度が高くなる6～9月ごろは、細菌による食中毒の発生が多く、特に、作ってから食べるまでに時間があくお弁当は、より一層、衛生面で注意が必要です。以下のポイントに気をつけるとともに、食べる前には必ず手を洗きましょう。

お弁当作りの食中毒防止対策

調理のポイント	手をきれいに洗う	肉以外の食材はよく洗う	おかずは中心部までしっかり加熱する	作り置きのおかずも再加熱する
詰めるときのポイント	汁気や水分をよく切る	仕切りやカップを利用する	ごはん、おかずは冷ましてから詰める	なるべくすき間なく詰める
保存のポイント	冷蔵庫や涼しいところに保管して、早めに食べる	持ち歩くときは、保冷剤・保冷バッグを利用する		