



おいしい! あんしん! 葛飾の給食

区立学校の給食は全校、校内で調理しており、毎日温かい給食が子どもたちに届けられています。おいしい給食の背景には、心のこもったたくさんのこだわりがあります。

区では学校給食費の完全無償化を実施しています。本年6月からは補助金を増額して、栄養バランスの整った給食を提供しています。今回は、給食のこだわりとできるまでの過程の一部をご紹介します。

学務課 ☎03-5654-8461



本田小学校 栄養教諭
佐々木 歩実 先生

一食一食に思いを込めて作っています

給食の時間を中心に、食べることは楽しいと感じながら、一生役に立つ「食べる力」を育てることを大切にしています。給食では季節の食材や行事食、本とのコラボメニューなど、わくわくするような工夫をしています。「おいしかった!」「おかわりしたよ!」という声が聞こえると、食を通じて笑顔が広がっていることを実感し、嬉しくなります。

また、1日の食事の3分の2は家庭で取るものなので、家庭では野菜や牛乳、大豆製品、海藻類などを意識して取り入れ、バランスの取れた食事を心掛けていただくと嬉しいです。一緒に食卓を囲むこと、買い物に行くことなど、日常でできる食育もたくさんあります。家庭と学校が協力し合うことで、「食べる力」を大きく育てていければと思います。

こだわりたくさん! 葛飾の給食!

季節や行事を大切にした献立

この日のメニューは重陽の節句に合わせて、菊の花を使用した「菊花あえ」。

季節や文化を感じられるような工夫があります。

※重陽の節句とは、9月9日に行われる節句の1つ。菊花酒を飲んだり、菊を愛でたりしてお祝いするもの

アレルギーに対応した調理

原因となる食物が入らないように除去食を調理して、複数人でチェックをするなど、細心の注意を払っています。

旬や葛飾産の食材を使う

旬の食材は栄養価が高く、味も良いとされているので子どもたちに積極的に食べてほしい食材です。また、地産地消の取組を通じて、地域農業や食文化への理解を深めています。



(令和7年9月9日、本田小学校のメニュー)

1日に必要な栄養の約3分の1が取れる献立

各学校に栄養士や栄養教諭が配置されており、学校ごとの実態に合わせて献立を作成しています。作成に当たっては、文部科学省の「学校給食実施基準」に基づき、成長期に必要な栄養がしっかりと摂れるように工夫しています。

1つ1つ手作り

原則、加工品を使用せず、カレーやシチューのルウ、ケーキなども手作り! だしはかつお節や昆布などからとり、スープは鶏ガラなどを煮込んでとり、素材の味を活かした塩分控えめの調理を心掛けています。

給食についてもっと知りたい方へ

区ホームページでは、食育や給食の取組について詳しく紹介しています。

また、区役所食堂では、原則毎月19日に区立小・中学校の学校給食メニューを取り入れた日替わりランチを提供しています(1日50食限定)。



この日は7時から
調理開始



野菜も1つ1つ手作業でカット

煮崩れないように
丁寧に!



大釜でサバの味噌煮を作っています

煮汁は最後の一滴まで



各クラス用に丁寧に分けます



運ばれた給食を配膳します

いただきます!



好きな給食は? カレー! 揚げパン!

よく噛んで、楽しく食べよう!

